

Univerzita Karlova v Praze

Pedagogická fakulta

**Oblíbenost atletiky na středních školách, sportovních středních školách a
ve sportovních klubech.**

The popularity of athletics in secondary schools, sports secondary schools and
sports clubs.

Kristýna Zonková

Katedra tělesné výchovy

Vedoucí bakalářské práce: **PhDr. PaedDr. Ladislav Kašpar, Ph.D.**

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: Biologie, geologie a environmentalistika se zaměřením na vzdělávání
a tělesná výchova a sport se zaměřením na vzdělávání (B BI-TVS)

Praha 2014

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma *Oblíbenost atletiky na středních školách, sportovních středních školách a ve sportovních klubech* vypracovala pod vedením PhDr. PaedDr. Ladislava Kašpara, Ph.D. samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury.

Kristýna Zonková

.....

podpis

V Praze, 11. 4. 2014

Identifikační záznam:

ZONKOVÁ, Kristýna. *Oblíbenost atletiky na středních školách, sportovních středních školách a ve sportovních klubech. [The popularity of athletics in secondary schools, sports secondary schools and sports clubs.]*. Praha, 2014. 72 stran, 4 přílohy. Bakalářská práce (Bc.). Univerzita Karlova v Praze. Pedagogická fakulta. Katedra tělesné výchovy. Vedoucí práce PhDr. PaedDr. Ladislav Kašpar, Ph.D.

Abstrakt:

Cílem bakalářské práce je zjistit jaká je oblíbenost atletiky u mládeže na středních školách. Výzkum bude vycházet z dotazníků a statistik. Bude sledována její oblíbenost podle typů středních škol a také věku respondentů.

Primárním cílem práce je vypracovat statistiku nejvíce a nejméně oblíbených atletických disciplín. Hlavním záměrem je také vysledovat postoje středoškolských studentů k atletice v porovnání s jinými sportovními odvětvími.

Sekundárním cílem je zkoumat oblíbenost atletiky, dále nalézt důvody atletů pro její provozování, a v neposlední řadě také zjistit vybavenost středních škol pro možnost výuky atletiky v hodinách.

Klíčová slova:

Oblíbenost, atletika, atletická disciplína, sport, zájem, střední škola, studenti, tělesná výchova, atletický stadion, atletické vybavení, Praha, Kladno.

Abstract:

The aim of Bachelors thesis is to determine how popular athletics among youth in high schools is. The research will be based on questionnaires and statistics. The popularity will be monitored by the types of secondary schools, as well as the age of respondents.

The primary aim of this work is to develop statistics of the most and least favorite athletic disciplines. The main intention is also to trace an attitude of high school students towards athletics in comparison to other sport sectors.

The secondary objective is to examine the popularity of athletics, to find reasons for practicing athletics, and last but not least, to check the secondary school amenities for athletics in the meaning of teaching purposes.

Keywords:

Popularity, athletics, athletics discipline, sport, interest, secondary school, students, physical education, athletic stadium, athletic equipment, Prague, Kladno.

Poděkování:

Děkuji vedoucímu této bakalářské práce PhDr. PaedDr. Ladislavu Kašparovi, Ph.D. za odborné konzultace, cenné připomínky a laskavost, se kterou ke mně přistupoval. Velký dík patří také pražskému Gymnáziu Nad Štolou a kladenskému Sportovnímu gymnáziu, díky nimž bylo možné výzkumné šetření zrealizovat.

1 OBSAH

1	OBSAH	7
2	ÚVOD.....	9
3	CÍLE A ÚKOLY	10
3.1	Hlavní cíl práce	10
3.2	Dílčí cíle práce.....	10
3.3	Úkoly práce	11
4	TEORETICKÁ ČÁST.....	12
4.1	Sport	12
4.1.1	Definice sportu	12
4.1.2	Historie sportu a vzniku tělesné výchovy u nás	12
4.1.3	Psychologie sportu	14
4.2	Atletika	15
4.2.1	Charakteristika atletiky	15
4.2.2	Význam atletiky	16
4.2.3	Historie české atletiky	17
4.2.4	Atletické disciplíny	19
4.2.5	Didaktika atletiky na středních školách	24
4.2.6	Oblíbenost atletiky dle vybraných zdrojů	27
5	EMPIRICKÁ ČÁST	31
5.1	Výzkumný soubor.....	31
5.2	Hypotézy.....	32
5.3	Použité metody.....	32
5.3.1	Dotazníky	33
5.4	Průběh empirického šetření	33
5.4.1	Pilotní dotazník	33
5.4.2	Aplikace dotazníků.....	34

5.5	Vyhodnocení empirického šetření.....	34
5.6	Vyhodnocení položek dotazníků	36
5.6.1	Společné otázky určené studentům středních škol.....	37
5.6.2	Doplňující otázky pro středoškolské studenty	54
5.6.3	Otázky pro učitele tělesné výchovy na středních školách.....	59
6	DISKUZE	62
7	ZÁVĚRY.....	63
8	LITERATURA.....	67
9	SEZNAM GRAFŮ	69
10	SEZNAM TABULEK.....	71
11	SEZNAM PŘÍLOH.....	72

2 ÚVOD

Témata, zaměřující se na sportování mládeže, jsou v dnešní době velmi ceněná. S rychlostí, se kterou se v dnešní době získávají informace a vylepšují všechny dostupné technologie, přicházíme o kontakt s naším „pravým já“. Člověk se s rostoucím tlakem a časovým skluzem zapomíná věnovat tomu nejdůležitějšímu, co mu bylo matkou přírodou naděleno, svému tělu. A právě z těchto důvodů nemají rodiče v dnešní době tolik času na sportování či provozování jiných pohybových aktivit. Jejich styl života se však odráží na dětech, které si na základě jednání rodičů vytvářejí vlastní postoje k životu. Mohou se dostat do fáze, kdy jim bude sport úplně cizí, či dokonce nepříjemnou povinností v rámci školní výuky. Tento a mnoho dalších faktorů přispívá ke stále narůstající dětské obezitě.

Jelikož je atletika nazývaná „královnou sportu“, bylo vybráno téma zabývající se oblíbeností atletiky a jejích disciplín u středoškolské mládeže. Atletika zahrnuje nejdůležitější pohybové dovednosti, kterých je zapotřebí rozvíjet u mladých lidí. Díky tomuto sportu se u dětí prohlubují základní pohybové dovednosti, jako je správný styl běhu, nebo umění skoku a odrazu. Děti se zároveň naučí, jak správně zahřívát, protahovat a uvolňovat svaly, a to se pozitivně projeví na porozumění svému tělu.

Zvolené téma se zaměřuje na oblíbenost atletiky z několika důvodů. Na základě získání přehledu o oblibě atletických disciplín, můžeme vyvodit, které disciplíny jsou vhodné pro školní výuku. Tělesná výchova je jediný pro mládež povinný školní předmět, při kterém musejí vykonávat alespoň nějakou pohybovou aktivitu. Je proto vhodné vybírat oblíbené sporty, jež motivují děti k pohybové činnosti. Dalším důvodem je získání přehledu o vybavenosti škol stadiony, na nichž mohou učitelé účinněji rozvíjet kondici svých studentů. Motivace, které přiměly studenty k provozování atletiky, jsou vhodné pro vytvoření představy o faktorech, jež pozitivně působí na děti. Tyto a další výsledky pomůžou porozumět tomu, jak dítě uvažuje, přemýšlí a reaguje, což dobře poslouží k jeho správně cílené motivaci. Tyto znalosti přiblíží zájemcům cestu, jak vykompenzovat laxnost, sedavý způsob dnešního života a degradaci fyzického pohybu.

3 CÍLE A ÚKOLY

3.1 Hlavní cíl práce

Hlavním cílem výzkumu je zjistit jaká je oblíbenost atletiky a jejích disciplín mezi studenty vybraných středních škol.

3.2 Dílčí cíle práce

- 1) Prvním dílčím cílem je zjistit oblíbenost atletiky u středoškolských studentů. Bude zkoumána její popularita v porovnání s ostatními sporty, a zájem studentů o ní v hodinách tělesné výchovy.
- 2) Zjistit sledovanost atletických závodů v médiích, a povědomí českých studentů o atletických osobnostech své země.
- 3) Stanovit oblíbenost jednotlivých atletických disciplín. Tato část bude rozdělena na více položek. Zprvu bude zjišťována nejvíce a nejméně oblíbená atletická disciplína, a poté budou tyto výsledky porovnány mezi pohlavími, školami a jednotlivými ročníky.
- 4) Odkrýt důvody, které vedou studenty k vrcholové atletice, věk, ve kterém s ní začínají, a disciplíny, které nejvíce provozují.
- 5) Zjistit předpoklady vybraných pražských škol k provozování atletiky. V případě že školy nemají dostatečné zázemí pro plnohodnotnou výuku atletických disciplín, bude prozkoumáno, probíhá-li alespoň výuka průpravných cvičení. V závěru budou vyhodnoceny nejprovozovanější atletické disciplíny na školách.

3.3 Úkoly práce

- 1) Zajistit dostupnost bibliografických a elektronických zdrojů. Tyto zdroje pomohou objasnit problematiku tématu, které se týká oblíbenosti atletiky a jejích jednotlivých disciplín. V teorii bude nastíněna charakteristika sportu, atletiky a atletických disciplín. Součástí teoretické části bude vysvětlena didaktika atletiky pro střední školy. V závěru budou pro srovnání uvedeny již vyhodnocené výzkumy oblíbenosti sportů.
- 2) Sestavit tři druhy dotazníků. Jeden typ bude určen pro studenty Gymnázia Nad štolou, které není sportovně zaměřené. Druhý bude pro atlety studující na Sportovním gymnáziu v Kladně. Poslední formulář bude určen učitelům tělesné výchovy ve vybraných pražských školách.
- 3) Dotazníky budou rozdány a rozeslány respondentům.
- 4) Vyhodnocení dotazníků proběhne pomocí tabulkového a grafického znázornění. Na základě zjištěných poznatků budou vyvozeny závěry, které se stanou klíčovým podkladem pro sepsání této práce.

4 TEORETICKÁ ČÁST

4.1 Sport

Vzhledem k tomu že se tato bakalářská práce zabývá tématem, které se týká sportu, chceme vás na začátku seznámit s jeho definicí. Dále se v této kapitole zaměříme na stručnou historii vývoje tělesné výchovy a sportu na našem území. A to z toho důvodu, že otázky pokládané v dotazníkovém šetření, což je stěžejní část této práce, budou vycházet ze zkušeností žáků středních škol právě z hodin tělesné výchovy. Rádi bychom proto nastínili proces začlenění tělesné výchovy do povinných předmětů výuky na školách.

Vliv sportu na fyzické a hlavně psychické zdraví člověka je také důležitým faktorem v tomto výzkumu. Každý z nás si je vědom výhod sportování po fyzické stránce: zvýšení odolnosti a obranyschopnosti organismu, správný životní styl, fyzická kondice a zamezení vzniku obezity, která je v posledních letech velmi diskutovaným tématem. Raději bychom se proto zaměřili na výhody, které může sport přinášet v oblasti lidské psychiky, a seznámit vás tak s vědním oborem nazývaným psychologie sportu.

4.1.1 Definice sportu

„**Sport**, rekreační fyzická aktivita tvořící složku volného času a životního stylu, ve vrcholové formě prováděná i jako profese. Plní funkci zdravotní i relaxační, zahrnuje momenty soutěživosti, výkonu, regulované ventilace agrese, příslušnosti ke skupině. Se sportem souvisí i fenomén sportovního diváctví jako masové zábavy.“ uvádí Velký slovník naučný.(DIDEROT, 1999.)

4.1.2 Historie sportu a vzniku tělesné výchovy u nás

Je důležité podotknout, že sport je během svého vývoje ovlivňován primárně myšlením a filozofickými směry dané doby. Dějiny sportu jsou však velmi obsáhlé, ale přednostně poukážeme na stěžejní okamžiky každého období. Nejvýstižněji je vývoj sportu znázorněn tabulkou z knihy Dějiny sportu (GREXA, STRACHOVÁ, 2011, s. 10 - 14).

V této knize je tabulka, která se zabývá vývojem sportu v měřítku světových dějin, k nahlédnutí v příloze.

Prioritně chceme nastínit začátky začlenění tělesné výchovy do výuky na školách. Pohybové aktivity a sport jsou velmi důležitou součástí života každého jedince a obzvlášť v mladém věku by se mu měla věnovat patřičná pozornost. Díky pravidelnému pohybu je zajištěn správný vývoj dítěte jak po fyzické, tak hlavně po psychické stránce. Na základě těchto poznatků jsme se rozhodli vyličit stručnou historii sportu.

Od 4. století do roku 1848 probíhá vývoj tělesné výchovy a sportu v celé středověké Evropě, avšak až do období humanismu tělesná výchova není vyučována na školách. Na přelomu 18. a 19. století se začínají přesouvat fyzické aktivity z původního venkova do měst. Zájem o tělesnou výchovu se neustále zvyšuje, a proto se již v polovině 19. století zařazuje do výuky na školách. Zároveň se objevují první soukromé ústavy, kde mohou sportovní činnost provozovat i dospělí. (GREXA, STRACHOVÁ, 2011, s. 15-17)

Mezi lety 1848 – 1918 byla, na základě vojenské porážky Rakouska, vláda přinucena k zavedení povinné tělesné výchovy ve školách a tak se začínají zakládat první tělovýchovné spolky. První sportovně zaměřenou organizací byl Sokol, založen Dr. Miroslavem Tyršem. V období vzniku Československa se formuje nový politický systém a současně se přetváří i cesta, kterou se vývoj sportu původně ubíral. V této době převládá spíše sport amatérský. V době rozpadu ČSR a nastolení „Protektorátu“ se přístup ke sportu radikálně změnil. Všechny tělovýchovné organizace byly zrušeny s výjimkou SDTJ (Svaz dělnických tělovýchovných jednot). Režim nastolil převýchovu české mládeže v nacistickém duchu pomocí organizace Kuratorium pro výchovu mládeže v Čechách a na Moravě. (GREXA, STRACHOVÁ, 2011, s. 15-17)

V letech 1948 – 1989 dochází k rozvoji tělovýchovného školství a zavádějí se dlouhodobé soutěže. Narůstá také počet odborně vzdělaných trenérů a cvičitelů. Další novinkou je velká politická podpora vrcholových sportů a mezinárodních soutěží. V dalších letech se rozvoj tělesné výchovy u nás jen zvyšuje a po obnovení demokratického zřízení po listopadu 1989 se sport stává již samostatným článkem. (GREXA, STRACHOVÁ, 2011, s. 15-17)

4.1.3 Psychologie sportu

Nejprve uvedeme charakteristiku vědního oboru psychologie sportu. V knize Psychologie sportu je formulován tento obor takto:

„Psychologie tělesné výchovy a sportu se zabývá studiem lidí a jejich chování v prostředí pohybových aktivit a sportu. Její součástí coby aplikované vědní disciplíny je rovněž uplatnění poznatků při pomoci lidem, kteří se sportu nebo cvičení věnují. Dvěma mateřskými obory ovlivňujícími psychologii tělesné výchovy a sportu jsou hlavní proud psychologie a vědy o tělesné výchově a sportu. Užitečné poznatky psychologie tělesné výchovy a sportu neslouží jen vrcholovým sportovcům, ale širokému spektru osob.“ (TOD, THATCHER, RAHMAN, 2012, s. 13)

Rádi bychom toto téma v práci zmínili, protože psychologie v jakékoli činnosti a interakci s druhými lidmi hraje svou nezastupitelnou roli. V dnešní době je psychologie sportu podstatnou složkou k přípravě na soutěže každého profesionálního sportovce. Psychologie sportu se vytvořila jako speciální skupina právě pro účely zlepšení výkonů na soutěžích. Zabývá se dvěma hlavními otázkami:

1. Jak psychologické faktory ovlivňují fyzický výkon jedince?
2. Jak sportování či jiná pohybová aktivita ovlivňuje psychický rozvoj a zdraví jedince? (TOD, THATCHER, RAHMAN, 2012, s. 14)

Každý z nás si je vědom, jak moc naše psychika zasahuje do našeho jednání v průběhu celého dne. Představte si profesionálního sportovce, který většinu svého dne věnuje právě sportu. I pro tohoto člověka platí pravidlo, že je ovlivňován svou psychikou. Všem není příjemné být středem pozornosti v situacích, jako je hod na koš pod nápirem sledování publika, střelecký útok na branku nebo kvalitní provedení gymnastické sestavy pod drobným pohledem porotců. Všichni sportovci, dokonce i profesionálové, mají své obavy a strachy, které přímo či nepřímo ovlivňují výsledky jejich výkonu. Právě v takových případech přichází na scénu sportovní psycholog, který napomáhá vyrovnat se sportovcům se stresem, zlepšit jejich sebedůvěru, a oprostit se od jakýchkoli negativních myšlenek před i během výkonu. Každý sportovec, který měl příležitost s tímto mentálním trenérem pracovat, viděl úžasné výsledky jak sám v sobě, tak i na svých výkonech.

4.2 Atletika

4.2.1 Charakteristika atletiky

Atletika. Královna sportu! Tato dvě slova k sobě po staletí neodmyslitelně patří. Atletika, nejmasovější a nejrozšířenější sportovní aktivita, vzniká na principu základních a přirozených pohybových dovedností člověka. Je základním sportovním odvětvím. Její podstatou jsou přirozené pohyby, a to chůze, běh, hod a skok. Obsahuje disciplíny, které se specializují na rozdílná zaměření, rychlostní, vytrvalostní a silové. Odlišnost atletiky od ostatních sportovních odvětví je především v její individuálnosti, která je jejím stavebním kamenem. Výhodou je možnost měřitelnosti všech výkonů jedince, to se využívá při porovnávání osobních úspěchů, zároveň slouží k porovnání výkonu s ostatními soupeři. (JEŘÁBEK, Petr. 2008, s. 9)

Termín atletika pochází z řeckého slova *áthlon*, význam tohoto slova byla cena, o níž se závodí. Atletika symbolizovala boj, závodění. Také řecký výraz *athletes*, v dnešní době je stejného významu slovo atlet, byl název pro závodníka z povolání. Původní dělení tohoto sportu bylo na lehkou a těžkou atletiku. Lehkou atletiku zahrnovaly běhy, vrhy, skoky a hody. Těžká atletika byla zaměřena na sporty, jako box, vzpírání a zápas.

Změny ve vymezení disciplín spadajících pod atletiku nastaly v 60. letech 20. století, kdy byla lehká atletika organizačně osamostatněna. Dnes se tedy pod pojmem atletika skrývají disciplíny lehké atletiky. (ŠIMON, Jiří. 1997, s. 5)

Pod křídly Mezinárodní atletické federace (IAAF - International Association of Athletics Federations), která je nejsilnější sportovní federací, je atletika vedena k rozvoji. Federace zaštiťuje mnoho atletických soutěží, pro představu *Mistrovství světa v atletice* nebo *Zlatá liga*. Síla této asociace svědčí o popularitě tohoto sportu. V posledních letech narůstá její oblíbenost také díky přenosu atletických světových soutěží pomocí médií. Možnost sledování atletiky znatelně rozšiřuje povědomost široké veřejnosti o atletice a tím následně zvyšuje i zájem o její provozování. (JEŘÁBEK, Petr. 2008, s. 9)

4.2.2 Význam atletiky

Užitečnost atletiky je možné posoudit z mnoha hledisek. Z obecného hlediska je sportování velmi prospěšná činnost pro tělo i ducha každého jedince. Zlepšuje fyzickou kondici jednotlivce. Z hlediska atletiky je zde důležitý faktor, kterým je rozvoj základních pohybových struktur, jako je chůze, skoky, hody a běhy. Atletika dává mládeži průpravu pro všechna ostatní sportovní odvětví, zároveň zdokonaluje jejich základní pohybové dovednosti využitelné v tělocviku nebo ve sportovně zaměřených volnočasových aktivitách. (ŠIMON, Jiří. 1997, s. 5 - 6)

Podíváme-li se na zdravotní hlediska provozování atletiky, je to samozřejmě sport utužující zdraví jedince. Během tréninků se převážně cvičí venku, jelikož se v co největší míře využívá venkovních atletických stadiónů. V důsledku toho je organismus člověka neustále v kontaktu s vnějšími vlivy prostředí, což vede k otužování a zvyšování obranyschopnosti jedince. Trénovanost a fyzická kondice zajistí lepší fungování kardiovaskulárního systému a normalizaci krevního tlaku, zabrání ukládání cholesterolu v cévách. (JEŘÁBEK, Petr. 2008, s. 9 - 10)

V kapitole psychologie sportu jsme se zmiňovali o důležitosti sportování a jeho vlivu na psychiku člověka. Pravidelným sportováním se reguluje hladinu stresu, která je zvýšená zejména u lidí žijících ve velkých městech. Hormony, které se při sportu uvolňují, vyrovnávají jejich emoční stav, a díky nim se jedinec uvolní a oprostí od každodenních starostí. Výhodou tohoto sportu je také jeho možnost provozování v přírodě. Během v lese můžete trénovat a zároveň docílit duševního klidu a harmonie. (JEŘÁBEK, Petr. 2008, s. 9 - 10)

Dalším hlediskem je motivace. Motivace je velice důležitá pro provozování každé sportovní činnosti. Atletika ji zajišťuje díky soutěžím a hrám, které se pořádají. Děti potom netrénují pouze pro sebezdokonalování, mohou se zúčastnit soutěží s konkurenty stejného věku, nebo mohou soutěžit za atletický klub, jehož jsou členy. Závoděním za klub navazují sociální vazby s jeho ostatními členy. Každý má tak možnost seberealizace a zároveň prezentuje své dovednosti a kvality. (JEŘÁBEK, Petr. 2008, s. 9 - 10)

Nejdůležitější pro tuto práci je ale vliv, jaký má atletika na žáky, kteří ji provozují v rámci hodin tělesné výchovy na školách. Jelikož atletika vychází ze základních pohybů při běžných činnostech, je důležité tyto základy u dětí prohlubovat a vylepšovat. Zároveň se studenti naučí rozvíjet základní pohybově-kondiční schopnosti, například sílu, vytrvalost, rychlost, obratnost, a koordinační schopnosti, jako jsou rovnováha, reakce, prostorová orientace a rytmika. Tréninky také prohlubují správný charakter každého žáka, díky nim se stávají houževnatí, cílevědomí a naučí se vytrvat a nevzdávat se při prvním nezdaru. Učí se také ovládat a přebírat nad sebou kontrolu. Pravidla atletiky žáky naučí soutěžit férově a bez výmluv. Sport zlepšuje a utužuje také sociální vazby v samotných třídách, což může napomoci k sjednocení jejího kolektivu. Závody v atletice mezi školami utužují mezilidské vztahy a dodávají jedinci pocit sounáležitosti a pospolitosti. (JEŘÁBEK, Petr. 2008, s. 9 - 10)

4.2.3 Historie české atletiky

První písemné zmínky o začátcích českých atletických závodů jsou datovány do roku 1297. Ze spisu je možné usoudit, že pořádání soutěží bylo běžným již dříve. V 15. století se zařazují běžecké závody do programu jarmarků. Závody byly dotovány materiálními cenami, které se pořizovaly za startovné běžců. V roce 1574 je Matoušem Dačickým vydán spis s názvem „Tělověda staročeská“, tato kniha pojednává o prospěšnosti běhání a skákání. Jedním z prvních dochovaných závodů se stal běžecký závod „Barchan“. (ŠIMON, Jiří. 1997, s. 7 - 8)

O běžeckých závodech se dočítáme i ve spisech Jana Ámose Komenského „Brána jazyků otevřená“ a „Orbis pictus“. Začátkem 19. století se tento sport tak rozmohl, že se objevují dokonce i první profesionálové. Ti za podpory magistrátu organizovali své vlastní závody, při kterých běhali za přihlížení diváků, od kterých vybírali vstupné. (ŠIMON, Jiří. 1997, s. 7 - 8)

V polovině 19. století jsou začátky atletiky spojeny se vznikem Sokola, založeném roku 1862. 17. dubna 1862 se díky Sokolu pořádají veřejná cvičení, jejichž součástí jsou i první atletické závody. Soutěžilo se zde v běhu a skoku do dálky. Na sokolském sletu roku 1887 se dokonce závodilo ve skoku do výšky z můstku, skoku do dálky, skoku o tyči, běhu

a vrhu oštěpem. Roku 1882 zásluhou Maxmiliána Švagrovského vzniká Český Athletic Club Roudnice. (ŠIMON, Jiří. 1997, s. 7 - 8)

Prvním atletickým klubovým závodem se stal závod v běhu na 150 kroků, který se konal na Maninách. První veřejné závody byly uspořádány roku 1888 Klubem velocipedistů, závod byl vytrvalostního charakteru. Dále za tři týdny následoval závod na 200 kroků o mistra Čech, ten vyhrál běžec Oskar Lažnovský. (ŠIMON, Jiří. 1997, s. 7 - 8)

V roce 1891 vzniká samostatný atletický klub s názvem Athletic Club Praha, který existuje dodnes pod názvem AC Praha. V tomto období také vzniká klub AC Královské Vinohrady, založený bývalými členy AC Praha. Název AC Královské Vinohrady však neměl dlouhého trvání a roku 1894 změnil název na AC Sparta a přesídlil do centra Prahy. (ŠIMON, Jiří. 1997, s. 7 - 8)

Vzhledem, k rostoucí oblíbenosti atletiky, bylo zapotřebí založit organizaci, která by sjednotila řízení atletiky. Tak se stalo na popud klubu AC Sparta roku 1897, kdy byla založena Česká atletická amatérská unie (ČAAU). Tato unie jako první ústřední orgán řídila atletiku plus další sporty. Z nejznámějších to byla těžká atletika, kopaná, plavání a lyžování. Postupně však ostatní sporty vytvářely své specializované organizace, což mělo za následek osamostatnění lehké atletiky v roce 1910. V důsledku toho je od roku 1911 ČAAU řízena pouze lehká atletika. (ŠIMON, Jiří. 1997, s. 7 - 8)

V období Protektorátu, kdy nebylo možné pořádat závody s mezinárodní konkurencí, atletika i přesto roste. Začínají se pořádat přespolní běhy, štafetové závody a sprinterské trojboje. Vytvářejí se nové závody, jako například Velké ceny, konané jednou ročně za účasti nejlepších atletů z jednotlivých disciplín, Velké štafetové závody a soutěže družstev. (ŠIMON, Jiří. 1997, s. 7 - 8)

Atletika zažívá největší rozmach v době po druhé světové válce, v tzv. Zátopkově éře. Zátopkovy úspěchy měly velký vliv na zvýšení popularity a obliby atletiky u mládeže. A díky pořádání Sportovních her mládeže, se začalo na atletiku zaměřovat stále více mladých lidí. Svědčí o tom i nárůst úspěšných československých atletů a jejich neuvěřitelné výsledky na mezinárodních soutěžích. (ŠIMON, Jiří. 1997, s. 8 - 10)

Dnes je samosprávným sdružením atletických oddílů a klubů na území České republiky Český atletický svaz (ČAS). Vznikl v roce 1993 po rozpadu České a Slovenské Federativní Republiky. ČAS je členem Mezinárodní asociace atletických federací (IAAF) a díky tomuto členství je také členem Evropské atletiky. Cíly této organizace je organizování atletiky a atletických soutěží v rámci České republiky, zajišťovat reprezentaci ČR na mezinárodních soutěžích a zastupovat zájmy české atletiky ve vyšších sportovních organizacích.

4.2.4 Atletické disciplíny

Atletika je sportovním odvětvím, ve kterém se specifické výkony zrcadlí v příslušné úrovni pohybových schopností. Prezentování těchto pohybových schopností se děje prostřednictvím techniky jednotlivých disciplín. Zvláštností atletiky je fakt, že každá disciplína vyžaduje individuální pohybové fyzické předpoklady. Podívejme se například na maratonce a kouláře, nenalezneme u nich shodu ve fyzickém vzhledu, to poukazuje na odlišné nároky na funkci jiných svalových skupin. Je proto vhodné atletické disciplíny rozdělit podle kritérií jejich provozování. (JEŘÁBEK, 2008, s. 17)

Pro vykonávání jakékoli činnosti musí organismus získávat energii, kterou předává svalům, tím zajišťuje jejich kvalitní funkci. Jednotlivé skupiny, do kterých jsou atletické disciplíny rozděleny, mají různé energetické nároky. Proto vás seznámíme se dvěma procesy, kterými organismus energii pro funkci svalů tvoří. (JEŘÁBEK, 2008, s. 17 - 18)

- ✓ **Anaerobní** získávání energie, bez přísunu kyslíku. Proces, při kterém se štěpí nejpohotovější zdroje energie. Tato energie je uložena v mitochondriích buněk ve formě ATP (adenosintrifosfát), ADP (adenosindifosfát) a CP (kreatinfosfát). Při maximální zátěži jejich zásoba vystačí přibližně na pět až sedm sekund maximálního výkonu. Tento druh štěpení energie je typickým právě pro kategorii sprintů. (JEŘÁBEK, 2008, s. 18)
- ✓ **Aerobní** proces tvorby energie se děje za přísunu kyslíku. Dochází při něm k oxidativnímu štěpení cukrů a tuků. Pouze v krajních situacích, kdy není zajištěn dostatek těchto živin, může dojít i ke štěpení bílkovin. Prvními využitými zdroji energie jsou krevní cukry a svalový glykogen, poté přichází na řadu tuky v podobě

podkožního tuku. Během aerobního výkonu stoupá příjem kyslíku, potřebný k úplné oxidaci živin za vzniku vody a oxidu uhličitého. Při rovnováze příjmu a zpracování kyslíku je organismus schopen vydržet dlouhou dobu. Pokud však dojde ke vzniku „kyslíkového dluhu“, přechází tento proces do anaerobního. Tím dochází ke vzniku laktátu, který překyseluje organismus a je zodpovědný za tuhnutí svalů. Odbourávání této látky pokračuje i po přerušení činnosti, kdy se zvýšeným příjmem kyslíku laktát ze svalů opět odbourává. (JEŘÁBEK, 2008, s. 18)

Následuje rozdělení jednotlivých atletických disciplín do skupin podle Jeřábka.

Sprinty

„Za sprinty považujeme všechny běhy do 400 m včetně, a to jak běhy hladké, tak i překážkové. Stejně tak do této skupiny patří i štafety s délkou úseků do 40 m včetně, a to i v různých kombinacích délek úseků (např. 400 – 300 – 200 – 100 m).“, píše Jeřábek ve své knize Atletická příprava.

Výkon z hlediska biomechaniky je ve sprintech dán dvěma stěžejními parametry, frekvencí a délkou kroku. V ideálním případě sprinter udrží nejdelší krok s co největší frekvencí kroku. Tato představa však není tak snadno realizovatelná. Obvykle totiž zvětšení délky kroku omezí jejich frekvenci a naopak. Nejdůležitějším faktorem je zřejmě nejlepší adaptace každého jednotlivce na své vlastní fyziologické proporce, díky níž dodržováním správné techniky běhu získá to nejlepší. Je tedy patrné, že když dva závodníci s rozdílným fenotypem doběhnou stejnou vzdálenost v totožném čase, využil každý z nich rozdílnou strategii. Například menší závodníci s větší svalovou výbavou mají lepší frekvenci kroků, naproti tomu závodníci vysocí s dlouhými dolními končetinami budou dominovat v délce kroku. (JEŘÁBEK, 2008, s. 20)

Rozdíl je u překážkových běhů. Kvůli jasné dané vzdálenosti mezi překážkami je počet kroků mezi nimi určený, jediné na čem u těchto běhů záleží, je frekvence kroku. Stává se, že jakmile atlet vypadne z rytmu a nedokáže na určený počet kroků překážky přeskakovat, zpomalí se v důsledku toho i frekvence kroku a závodník přichází o šance na úspěch. Právě proto je tato disciplína tak náročnou. (JEŘÁBEK, 2008, s. 20)

Z hlediska energetických nároků je u sprintů energie získávána anaerobně, tedy bez přísunu kyslíku. U delších tratí se to projevuje hromaděním laktátu a tím dochází k překyselení organismu. Podstatným jevem u sprinterů zdolávajících delší tratě je dobré zvládnutí překyselení organismu, které ovlivňuje rychlost běhu. (JEŘÁBEK, 2008, s. 21)

Somatotyp úspěšného sprintera závisí na složení svalů a nervosvalové koordinaci. Svaly se skládají ze tří typů vláken, z nichž je pro sprint nejdůležitější procentuální zastoupení bílých svalových vláken. Bílým svalovým vláknům se jinak také říká rychlá. Tento druh svalů je schopen pracovat s vysokou intenzitou, na druhou stranu jsou však rychle unavitelné. Rychlostní předpoklady jsou ve velké míře dány geneticky, a to zastoupením elementárních bílých vláken. (JEŘÁBEK, 2008, s. 21)

Běhy a chůze

Do této kategorie spadají všechny vzdálenosti delší než 400 metrů, k nim se přiřazuje také sportovní chůze. Chůze je totiž z hlediska fyziologických nároků na sportovce podobná středním a dlouhým tratím. (JEŘÁBEK, 2008, s. 21)

Z hlediska biomechaniky jsou faktory ovlivňující výkon velmi podobné i u běhů na delší tratě. Zvýšená vzdálenost však hodnoty snižuje a klade se větší důraz na vytrvalost a délku kroku. U chůze je frekvence kroku limitována. Atlet se totiž během závodu v chůzi nesmí dostat do letové fáze, záleží tedy hlavně na výdrži a délce kroku. (JEŘÁBEK, 2008, s. 22)

Energetické nároky se u delších tratí než 1500 metrů pohybují v aerobním čerpání energie. Na těchto tratích je důležitá snaha udržet příjem kyslíku na vhodných hodnotách pro zajištění správného pracovní svalu a tím menší unavitelnosti. U špičkových závodníků na 800 a 1500 metrů je rychlost závodu tak velká, že organismus po většinu času pracuje v anaerobní fázi tvorby energie. Vzdálenosti v tomto případě nejsou tak velké, aby se nápor překyselení organismu laktátem projevil na jejich výkonu. (JEŘÁBEK, 2008, s. 22)

Z hlediska somatotypu je k provozování této disciplíny nejvýhodnější nemít nadměrně rozvinuté svalstvo. Proporce těla by měli být charakteristické dlouhými dolními končetinami a větší tělesnou výškou. U svalového složení by měli mít větší zastoupení

červená, pomalá, svalová vlákna. Vlákna málo unavitelná s dlouhou výdrží. (JEŘÁBEK, 2008, s. 22)

Skoky

Skoky dělíme na horizontální a vertikální, tudíž podle toho, jakým způsobem se měří jejich atletické výkony. Mezi horizontální skoky patří skok daleký a trojskok. Vertikální skoky zahrnují skok vysoký a skok o tyči. (JEŘÁBEK, 2008, s. 23)

Z hlediska biomechaniky skoků je rozhodujícím faktorem pro úspěch těžiště těla po odrazu. V okamžiku odrazu, tudíž posledního kontaktu s podložkou, je již dráha těžiště určena. Nejdůležitějším bodem správného provedení techniky je dráha, na kterou se po odrazu naše těžiště dostane. Důležitými momenty v průběhu skoku je rychlost a úhel odrazu, popřípadě úhel vzletu. Při horizontálních skocích a skoku o tyči atleti využívají sto procent své rozběhové rychlosti, a to pro dosažení maximálních výkonů. U skoku vysokého je běžným zvýšit rychlost a frekvenci rozběhu posledních pěti kroků, čímž se získá potřebná rychlost pro odraz. Odraz bývá pod úhlem přibližně 60 stupňů. U skoku o tyči a skoku do dálky se úhel odrazu pohybuje v rozmezí 17 – 21 stupňů. (JEŘÁBEK, 2008, s. 23)

Energetické nároky skoků jsou poměrně malé, a to z důvodu krátkého trvání jednotlivých pokusů. I přesto jde o maximální úsilí vynaložené za krátký časový úsek. Získávání energie probíhá bez přístupu kyslíku, anaerobně, jako u sprintů. Největší důraz je kladen na koordinaci pohybů, a na správnou funkci nervosvalové soustavy. (JEŘÁBEK, 2008, s. 23)

Ve svalech skokanů převažují rychlá vlákna, lehce unavitelná. Důležité je u somatotypu skokana štíhlá vysoká postava s dlouhými dolními končetinami. Velký nápor je kladen na pletenec ramenní, především u disciplíny skok o tyči, a dynamickou sílu dolních končetin. (JEŘÁBEK, 2008, s. 23)

Vrhy a hody

Rozdíl mezi vrhem a hodem je v pozici, ve které je náčiní drženo, a ve způsobu jakým je zrychlováno. U hodů se loket odhazovaného náčiní dostává před něj a zároveň je

paže daleko od těla. Při odhodu se náčiní přesouvá ze zadní pozice do pozice před tělem odkud je vypouštěno pod úhlem 45 stupňů. Do hodů je zahrnuto několik disciplín, těmi jsou hod kriketovým míčkem, hod oštěpem, hod diskem a hod kladivem. Při vrhu je po celou dobu loket odvrhované paže za koulí, jež je tlačena ve směru odhodu. V původní pozici je náčiní opřeno o krk a tím je stabilizována jeho poloha po celou dobu vrhu. (JEŘÁBEK, 2008, s. 24)

Energetické nároky na čerpání energie u vrhů a hodů jsou obdobné jako u skokanských disciplín. V malém časovém intervalu se soustředí maximální množství energie do podávaného výkonu, i zde je výkon minimálně třikrát opakován. Během výkonu nevzniká kyslíkový dluh a energie se odebírá ze zásob ATP a CP. Stejně jako u skoků je vyvíjen velký tlak na nervosvalovou soustavu, která koordinuje pohyby při maximálním zatížení. (JEŘÁBEK, 2008, s. 23)

Tělesné proporce vrhačů vyžadují velkou sílu. Ve svalovém složení mají převahu rychlá svalová vlákna. Hmotnost atletů bývá často největší ze všech zmíněných skupin, čím těžší náčiní, tím vyšší hmotnost a síla sportovce. V somatotypu atleta by měly být delší končetiny, které způsobují delší trajektorii pro odhod, tím náčiní získá na rychlosti a správnosti odhazovaného úhlu. I přesto jsou však ve světových měřících velmi úspěšní závodníci „subtilnější“ postavy. (JEŘÁBEK, 2008, s. 25)

Atletické víceboje

Sportovci provozující atletické víceboje musí obstojně zvládat většinu zmiňovaných disciplín. Pořadí jednotlivých disciplín je přesně dáno a celý závod probíhá vždy ve dvou dnech. Atleti by měli všechny disciplíny zvládat průměrně až nadprůměrně a současně mít svou vlastní silnou disciplínu, ve které nasbírají nejvíce bodů. Pro vícebojaře není vhodné, pokud je v některé z disciplín podprůměrný, jelikož se to v celkovém bodovém ohodnocení znatelně projeví. Je také nutný určitý druh vytrvalosti, který zajistí dobré výkony v dynamických disciplínách i při únavě. (JEŘÁBEK, 2008, s. 25)

Muži závodí v desetibojích, které obsahují běh na 100 metrů, skok daleký, vrh koulí, skok vysoký a 400 metrů v prvním dnu. Druhý den jsou na programu disciplíny 110

metrů překážek, hod diskem, skok o tyči, hod oštěpem a na konec 1500 metrů. Ženy závodí v sedmiboji, který v prvním dni obsahuje 100 metrů překážek, skok vysoký, vrh koulí a 200 metrů. Druhý den začínají skokem dalekým, následuje hod oštěpem a končí se během na 800 metrů. (JEŘÁBEK, 2008, s. 25)

4.2.5 Didaktika atletiky na středních školách

Tato kapitola pojednává o učitelství tělesné výchovy na středních školách a začlenění atletiky do její výuky. Podle PhDr. Emila Dostála v knize Didaktika školní atletiky (1985, s. 5) zní definice tělesné výchovy takto:

„Tělesná výchova je chápána jako nenahraditelný kompenzační prostředek veškeré soustavné vzdělávací a pracovní činnosti. Jejím posláním je rozvoj pohybových schopností a kladných morálních a volních vlastností žáka, vypěstování smyslu pro účelný a estetický pohyb, dobrého vztahu k tělesné výchově a osvojení náležitého fondu pohybových a hygienických dovedností a návyků s příslušnými poznatky potřebnými pro život, práci, obranu vlasti i sportovní uplatnění ve společnosti.“

Didaktika atletiky slouží k získání základních informací o dané problematice a zajišťuje seznámení se základními znalostmi nutnými pro správné provozování atletických činností. Skripta obsahují vyučovací proces s atletickým obsahem a specifickými úkoly či metodami pro její výuku. Touto formou se žáci vzdělávají a zároveň vychovávají. Vzdělávací stránka se týká motorického učení nových pohybů v oblasti atletiky, což vede ke zvyšování úrovně obecných a speciálních schopností a k získávání atletických dovedností. Stránka výchovná je zaměřena na výchovné faktory, které ovlivňují účinnost vzdělávacího procesu s atletickým obsahem. (DOSTÁL, Emil a Václav VELEBIL. 1985, s. 7)

Z pohledu tělesné výchovy je atletika velmi užitečným sportem pro provozování ve školní výuce. Zajišťuje všestranný rozvoj jedince a zároveň rozvoj jeho osobnosti. Díky tomu, že je atletika sportem vycházejícím ze základních pohybových dovedností, přispívá k všestrannému rozvoji těchto primárních schopností, a to již u žáků prvního ročníku základních škol. Současně provozování atletiky v hodinách utužuje zdraví a odolnost žáků díky růstu fyzické zdatnosti a trénovanosti. Podílí se na formování charakteru dětí a tvorby

pro život důležitých vlastností jako je například: houževnatost, vytrvalost, ukázněnost, píle, sebepoznání, ocenění vlastních sil a společenskost. (DOSTÁL, Emil a Václav VELEBIL. 1985, s. 7)

Didaktika atletiky je dělena do dvou základních částí – nácvičnou a kontrolní. V nácvičné části se zabýváme didaktickým pohledem na danou disciplínu, vlastní metodikou jejího nácviku, opravením hlavních chyb a vysvětlením způsobu jejich odstranění. V druhé, kontrolní, části se zaměřujeme na materiální zabezpečení disciplín. Tak se činí za pomoci technologií, díky nimž se organizují kontrolní závody, zároveň se objasní základní pravidla vybraných disciplín. (DOSTÁL, Emil a Václav VELEBIL. 1985, s. 7)

4.2.5.1 Atletika v osnovách školní tělesné výchovy

Základy v atletice děti získávají prostřednictvím tělesné výchovy na základních školách. V 1. a 2. ročníku se učitel zaměřuje na rozvoj pohybových schopností – vytrvalosti, rychlosti, obratnosti a dynamické síly. Ve 3. a 4. ročníku se prohlubují tyto dovednosti, zároveň učíme děti mobilizovat své vnitřní síly měřením jejich výkonů. Přichází na řadu základní seznámení s pravidly a jejich uplatňování v hodinách. Na druhém stupni základních škol (6. -9. třída), již klademe za cíl osvojení základních atletických dovedností z učebních osnov a dosažení atletické výkonnosti přiměřené jejich věku. Obsahem výuky je taktéž základní znalost teorie atletiky – pravidla, význam atletiky pro zdraví a základní technika. (VILÍMOVÁ, Vlasta. 1997, s. 6 - 10)

Tělesná výchova na středních školách je vždy rozdělena podle pohlaví na tělesnou výchovu mužů a žen. Toto rozdělení je zavedeno z důvodů rozdílných fyzických předpokladů a odlišností náplně hodin. Na středních školách se výuka atletiky více diferencuje a prohlubují se již získané znalosti. (VILÍMOVÁ, Vlasta. 1997, s. 10)

V prvním ročníku se studenti učí o významu, technice, metodice a pravidlech jednotlivých disciplín. Zároveň se do výuky začleňují cvičení prospěšná pro všeobecný tělesný rozvoj. Užívají se cvičení bez zátěže či s ní, jako je posilování, cvičení ve dvojicích, cvičení pohyblivosti, uvolňovací cvičení. Dále pohybové hry na rozvoj obratnosti, rychlosti a vytrvalosti. V rámci tělesné výchovy se využívají jednotlivá

průpravná cvičení pro docílení výše zmiňovaných vlastností. Chlapci se v průběhu roku věnují trénování techniky běhu z nízkého startu, běh na 100 metrů, běh na 1500 metrů a vytrvalostní běhy do vzdálenosti 3 kilometrů. Dále trénují i techniku skoku do výšky flopem, skoku dalekého a hod granátem oštěpařským způsobem. Na konci roku se získané dovednosti prověřují testy zaměřenými na výkon. V těchto testech je zahrnut běh na 100 metrů, skok daleký nebo vysoký a hod granátem. U dívek se v prvním středoškolském ročníku vyučují také sprinty a vytrvalostní běhy, u vytrvalostních běhů s tím rozdílem, že dívky běhají kratší vzdálenosti, většinou 800 metrů. Probíhá u nich taktéž výuka skoků do výšky a dálky a hod granátem. V závěrečných testech však absolvují pouze běh na 100 metrů a jeden ze skoků, buď daleký, nebo vysoký. (VILÍMOVÁ, Vlasta. 1997, s. 10 - 11)

V druhém ročníku střední školy se již získané dovednosti z 1. ročníku prohlubují, objemově narůstají, zintenzivňují se, a získávají na složitosti. I nadále se učitelé zaměřují na všeobecný tělesný a pohybový rozvoj. Specializace v tomto ročníku se týká zvyšování úrovně vytrvalosti a výbušné síly. Podstatným je také získávání poznatků o významu, technice, metodice a pravidlech atletických disciplín. Chlapci se cvičí ve zdokonalování běhu, trénují se vzdálenosti 100 metrů a 1500 metrů na dráze. Vytrvalost se trénuje v terénu ve vzdálenosti dosahující 4 kilometry. Prohlubuje se technika skoku do dálky/ výšky a technika hodu granátem oštěpařskou technikou. Jako nové se nacvičují vrh koulí a štafety. Na konci roku se plní testy z běhu na 100 metrů, 1500 metrů a jednoho ze skoků. U dívek se příprava liší pouze ve vzdálenosti u vytrvalostních běhů. Testy se skládají z běhu na 100 metrů, 800 metrů a skoku dalekého nebo vysokého. (VILÍMOVÁ, Vlasta. 1997, s. 11 - 12)

Třetí ročník zdokonaluje již naučenou techniku jednotlivých atletických disciplín a dále zvyšuje úroveň vytrvalosti a výbušné síly. Chlapci v hodinách pilují techniku běhu, nízké starty a speciální běžecká cvičení. Zvyšují se požadavky na vytrvalost, běh na 3000 metrů a v terénu až 5 kilometrů. Zlepšuje se technika hodu granátem, vrh koulí, skoky do dálky a výšky. Dívky opět procvičují stejné disciplíny jako chlapci. Vytrvalostní běhy opět bývají kratší. V testech se znovu běží sprint na 100 metrů, vytrvalostní běh na 3000 metrů chlapci/ 800 metrů dívky a hod granátem, u mužů se hází na výkon. (VILÍMOVÁ, Vlasta. 1997, s. 12 - 13)

Ve čtvrtém ročníku se prohlubují a zdokonalují získané pohybové dovednosti v jednotlivých disciplínách. Případně se vyhrazuje čas na vyzkoušení dalších atletických disciplín. (VILÍMOVÁ, Vlasta. 1997, s. 13)

4.2.6 Oblíbenost atletiky dle vybraných zdrojů

Při shánění materiálů s tematikou zaměřenou na oblíbenost atletiky z pohledu veřejnosti nebo konkrétně z názorů studentů středních škol, jsem narazila převážně na výzkumné práce bývalých absolventů pedagogické a tělovýchovné fakulty Univerzity Karlovy v Praze. Ti v rámci své práce výzkum oblíbenosti sami provedli nebo zpracovali výsledky dotazníkového šetření jiných autorů.

4.2.6.1 Přehled oblíbenosti atletiky

Tabulka č. 2, jež je k nahlédnutí níže, nastiňuje výsledky tří výzkumných šetření probíhajících v různých letech. Z tabulky je zřejmé, že nejvíce oblíbeným sportem je lední hokej a na druhém místě se umístil fotbal. Atletika se v celkových výsledcích oblíbenosti umístila na třetím místě, což je pro tuto práci stěžejní poznatek.

Podíváme-li se však na jednotlivá šetření, povšimneme si, že v jednom případě se atletika na třetí pozici neumístila. Je tomu tak ve výzkumu z roku 2005, jenž je součástí diplomové práce s názvem „Reflexe sportu v médiích a ve veřejném mínění“, atletika zde klesla až na páté místo. I přesto je však tento výsledek velmi pozitivním, jelikož fotbal a lední hokej jsou českou veřejností nejlépe přijímány. O tom hovoří mnoho výzkumů, které se touto problematikou zabývaly.

Atletika získala na oblibě již díky Emilu Zátopkovi a jeho legendárních vytrvalostních běžích, se kterým vyhrával světové soutěže. Od té doby oblíbenost atletiky roste. Postupem času pronikla díky českým úspěchům také do médií.

Tabulka č. 2 – Přehled oblíbenosti atletiky

Sporty	2008 – Truhelka	2005 – Herzmannová	2000 – Janák, Berka	Pořadí
Fotbal	57,9	52,9	52,5	2
Lední hokej	52,1	61,9	52,3	1
Atletika	30,0	26,1	29,4	3
Basketbal	26,4	13,9	9,8	6
Florbal	22,1	1,9	2,1	11
Cyklistika	17,9	13,9	9,6	7
Tenis	16,4	24,3	24,4	5
Lyžování	13,5	28,8	23,6	4
Volejbal	8,6	14,1	9,6	10
Snowboard	6,4	6,6	2,4	15
Snooker	6,4	0	0	16
Krasobruslení	5,0	23,7	11,8	8
Aerobic	3,6	11,8	7,4	13
Házená	3,6	11,1	4,9	14
Plavání	2,4	12,8	10,4	12
Střelectví	1,7	0	1,2	18
Motorismus	0,7	26,7	9,8	9
Box	0	2,8	2,1	17

(zdroj: NOVÁČEK, David. 2013, s. 15)

4.2.6.2 Obliba individuálních sportů

Atletika je charakteristickým individuálním sportem. Všechny disciplíny probíhají na úrovni jednotlivce. Pouze v případě, kdy mezi sebou současně soutěží jednotlivé kluby, se individuální výsledky jednotlivých atletů bodují a jejich body jsou následně přidělovány družstvu, pod kterým závodí.

Součástí diplomové práce s názvem „Sport ve volném čase studentů středních škol“ byla položena otázka týkající se preferovaného druhu sportu. Dotazovaní studenti středních škol se měli rozhodnout, jestli upřednostňují sporty kolektivní nebo individuální. V této otázce studenti volili ze 42 procent individuální sporty, větší obliba individuálních sportů byla mezi ženami (o 2%). (VALENTOVÁ, 2011, s. 57)

Ve výzkumném šetření této bakalářské práce je kladena otázka, která má za úkol zjistit důvody atletů k provozování atletiky. Jednou z odpovědí je uvedena také individualita, kterou je sport známý.

4.2.6.3 Oblíbenost sledování atletiky v médiích

Ve vlastním dotazníkovém šetření se zabýváme sledovaností atletiky v médiích. Během shromažďování materiálů pro tuto práci jsme narazili na bakalářskou práci zabývající se tématem „Průzkum popularity sportu u studentů středních a základních škol na Lounsku“. Vzhledem k tomu, že ve zmíněné práci je jedna otázka výzkumu zaměřena na oblibu sledovanosti jednotlivých sportů studenty středních škol (58 dotázaných), rozhodli jsme se tyto výsledky začlenit do práce. Nastíní se nám tak představa obliby sledovanosti atletiky v médiích.

Sledovanost atletiky se v celkovém počtu studentů, zastupujících střední i základní školu, umístila na pátém místě. Více divácky oblíbenými sporty se stal lední hokej, fotbal, tenis a lyžování. Mezi 58 dotázanými studenty střední školy se však sledovanost atletiky posunula na šestou příčku, kde skončila se stejným počtem hlasů jako cyklistika a motosporty. Z výsledků také vyplívá, že individuální sporty, jako je atletika, krasobruslení a plavání, upřednostňují spíše dívky. Oproti tomu chlapci více oceňují sporty kolektivního charakteru. (HRÍCHOVÁ, 2010, s. 51)

4.2.6.4 Popularita atletiky

V letech 1999 - 2003 došlo k výzkumu popularity sportů u české veřejnosti, výzkum byl veden FTVS UK v Praze. Cílem šetření byl průzkum popularity a sledovanosti jednotlivých sportovních odvětví u široké veřejnosti. Součástí práce bylo vyhodnocení popularity a zájmu české veřejnosti o jednotlivá sportovní odvětví. Výsledky byly rozděleny do čtyř skupin, přičemž první skupina reprezentovala největší oblíbenost veřejnosti. Do první skupiny, sporty s největší reflexí, byl zahrnut lední hokej a fotbal. Do druhé skupiny, sporty budící velký zájem, bylo začleněno 10 sportů. Po fotbalu a ledním hokeji se nejlépe umístila atletika, tenis a lyžování. Z těchto výsledků průzkumu probíhajícího ve dvou vlnách zahrnujících dohromady 1386 dotázaných občanů lze začlenit atletiku do žebříčku šesti nejvíce oblíbených sportů české veřejnosti. V závěrech této práce byla atletika zařazena do kategorie tradičních sportů zajímavých veřejnost i masmédiu v České republice. (ČÁSLAVOVÁ, 2003, s. 3)

5 EMPIRICKÁ ČÁST

Tématem *Oblíbenost atletiky na středních školách, sportovních středních školách a ve sportovních klubech* jsem se rozhodla zabývat, neboť mě zajímá, jaký vztah v dnešní době zaujímá mládež vůči atletice a jaká je oblíbenost jejích jednotlivých disciplín mezi studenty. Tato práce zároveň zkoumá, jaké možnosti mají vybrané pražské střední školy k jejímu provozování a vyučování jejích jednotlivých disciplín.

5.1 Výzkumný soubor

Vybraný vzorek středoškolských studentů byl zvolen ze dvou středních škol, kde první z nich je Gymnázium Nad štolou v Praze a druhé Sportovní gymnázium v Kladně. Obě tato gymnázia jsou vybavena vlastními stadiony, na kterých je možné provozovat atletiku, a to bylo také jedním z hlavních požadavků pro jejich výběr. Důležitým prvkem výzkumu bylo taktéž zvolení nesportovní školy (Gymnázium Nad štolou), aby bylo dosaženo co největší objektivity při posuzování oblíbenosti atletiky u nesportovně zaměřených studentů. Kladenské gymnázium jsme vybrali z důvodu jeho specializace na atletiku.

V Gymnáziu Nad štolou byli vybráni studenti ze všech čtyř ročníků v přibližně stejném početním zastoupení z každého z nich. Ve Sportovním gymnáziu jsme zvolili studenty ze všech ročníků specializovaných na atletiku. V případě studentů kladenské školy není jejich počet tak velký, jako je tomu u pražského gymnázia. Škola má omezené možnosti pro nábor studentů do jednotlivých sportovně specializovaných tříd.

Dotazníkové šetření nemůže být považováno za komplexní výsledek oblíbenosti atletiky a jejích disciplín, neboť v této práci není zkoumán dostatečně validní vzorek cílové skupiny.

5.2 Hypotézy

H1 : Pozitivní vztah k atletice má nejméně 40% studentů pražského gymnázia.

H2 : Atletiku v médiích sleduje 50% studentů Gymnázia Nad štolou.

H3 : Atletika je nejoblíbenějším sportem nanejvýš u 10% atleticky nezaměřených respondentů.

H4 : V celkových výsledcích oblíbenosti sportu v Gymnáziu Nad štolou bude atletika na 3. místě.

H5 : Nejvíce oblíbenou atletickou disciplínou je sprint.

H6 : Nejméně oblíbenou atletickou disciplínou je vytrvalostní běh.

H7 : Muži mají vytrvalostní běhy oblíbenější než ženy.

H8 : Studenti specializovaní na atletiku mají lepší vztah ke skoku o tyči, než studenti atleticky nezaměřeni.

5.3 Použité metody

Vzhledem k tomu, že se jednalo o výzkum kvantitativní, bylo použito metody dotazníkového šetření. Dotazník, který je strukturovaným souborem předem připravených otázek, byl určen pro studenty středních škol. Pro vlastní výzkum jsme použili dotazník, který obsahoval úvod, seznam otázek s nabídnutými možnostmi odpovědí a poděkování.

Formulace otázek byla jasná a zahrnovala celou šíři problematiky oblíbenosti atletiky a jejích disciplín na středních školách. Dotazníky byly celkem tři. První dotazník byl určen pro studenty střední školy, druhý pro studenty střední školy specializované na atletiku a třetí pro učitele tělesné výchovy. Dotazníky určené pro všechny studenty měly 80% společných otázek a 20% odlišně zaměřených.

5.3.1 Dotazníky

V prvním dotazníku bylo použito celkem 10 otázek, z toho 5 otázek uzavřených (otázka č. 2, 3, 6, 7, 8), 1 otázka filtrační (otázka č. 5), 3 otázky škálové (otázka č. 1, 9, 10) a 1 otázka otevřená (otázka č. 4).

Ve druhém dotazníku bylo použito celkem 10 otázek, z toho 5 otázek uzavřených (otázka č. 1, 2, 4, 5, 7), 1 polouzavřená (otázka č. 10), 2 otázky filtrační (otázka č. 3, 6) a 2 otázky škálové (otázka č. 8, 9).

Ve třetím dotazníku bylo použito celkem 7 otázek, z toho 5 otázek uzavřených (otázka č. 1, 3, 4, 6, 7), 1 škálová (otázka č. 5) a 1 otázka otevřená (otázka č. 2).

5.4 Průběh empirického šetření

Výzkumné šetření probíhalo od začátku ledna do konce února 2014. Koncem ledna byli navštíveni ředitelé obou středních škol s žádostí o umožnění výzkumného šetření. V pražské škole bylo požádáno o vyplnění dotazníků čtyřmi různými ročníky v přibližně stejném početním zastoupení jednotlivých tříd. V kladenské škole byl dotazník předložen atletům klubu AC Teplo Kladno studujícím na této škole. Dotázaní atleti byli studenty prvního až čtvrtého ročníku.

Celkem bylo vyplněno 159 dotazníků. Zastoupení pražských studentů bylo v počtu 122. V kladenském gymnáziu vyplnilo dotazník 37 atletů.

Třetí druh dotazníku byl rozeslán elektronickou poštou do jednotlivých pražských škol. Na dvacet rozeslaných e-mailů s žádostí o vyplnění dotazníku odpovědělo jedenáct učitelů.

5.4.1 Pilotní dotazník

Srozumitelnost zadání a správného formulování otázek byla ověřena na studentech Pedagogické fakulty se zaměřením na tělesnou výchovu. Na základě zjištěných informací byly otázky přeformulovány a upraveny.

5.4.2 Aplikace dotazníků

Sestavené dotazníky byly po domluvě s vedením školy rozděleny ve vybraných třídách. Při vyplňování dotazníku bylo zapotřebí dohlížet na jeho průběh a být nápomocný při vzniklých nesrovnalostech.

5.5 Vyhodnocení empirického šetření

Ze čtyř dotazovaných ročníků na střední škole bylo získáno 122 použitelných dotazníků, ze sportovní střední školy jich bylo nashromážděno 37, a od učitelů tělesné výchovy jich bylo e-mailem odesláno 11. Celkem to čítá 170 vyplněných dotazníků. Vzory všech tří druhů dotazníků jsou k nahlédnutí v příloze.

Poměr respondentů středních škol je znázorněn v tabulkách č. 3 a 4. U učitelů tělesné výchovy zastupujících jednotlivé pražské školy nepovažujeme tabulku za nutnou.

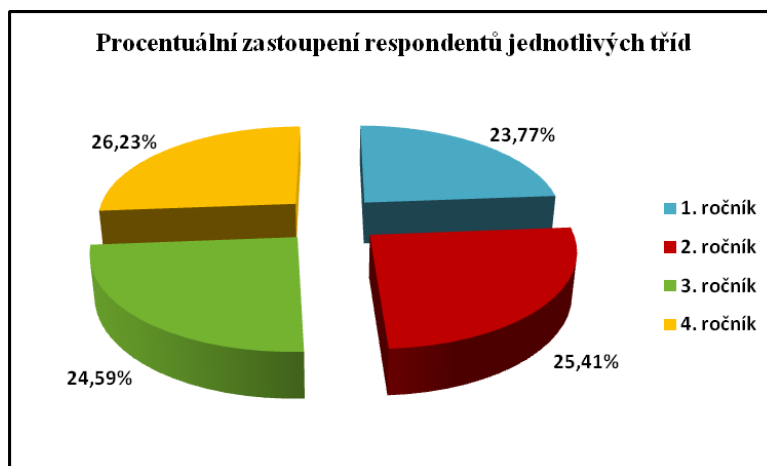
Většina tabulek a grafů byla hodnocena z celkového pohledu na dotazovanou problematiku. V některých případech byly názory studentů nesportovních středních škol porovnány s názory vrcholových atletů. Odpovědi byly hodnoceny podle pohlaví z důvodu možných zájmových odlišností. Některé tabulky a grafy vycházely pouze z otázek určených jen pro jednu cílovou skupinu.

✓ **Tabulka č. 3:** Počet respondentů v jednotlivých třídách Gymnázia Nad štolou

Třída	Žena	Muž	Absolutní četnost (n)	Relativní četnost (%)
1. ročník	9	20	29	23,77
2. ročník	15	16	31	25,41
3. ročník	21	9	30	24,59
4. ročník	22	10	32	26,23
Celkem	67	55	122	100

Tabulka č. 3 upřesňuje graf č. 1, kde je zobrazeno procentuální zastoupení jednotlivých tříd Gymnázia Nad štolou. V této tabulce jsou uvedeny údaje týkající se zastoupení mužů a žen v jednotlivých ročnících.

✓ **Graf č. 1:** Počet respondentů v jednotlivých třídách Gymnázia Nad štolou



✓ **Tabulka č. 4:** Zastoupení mužů a žen; zastoupení jednotlivých středních škol

	Gymnázium Nad štolou	Sportovní gymnázium v Kladně	Celkem - Absolutní četnost (n)	Celkem - Relativní četnost (%)
Žena	67	25	92	57,86
Muž	55	12	67	42,14
Celkem – Absolutní četnost (n)	122	37	159	100
Celkem – Relativní četnost (%)	76,73	23,27	100	

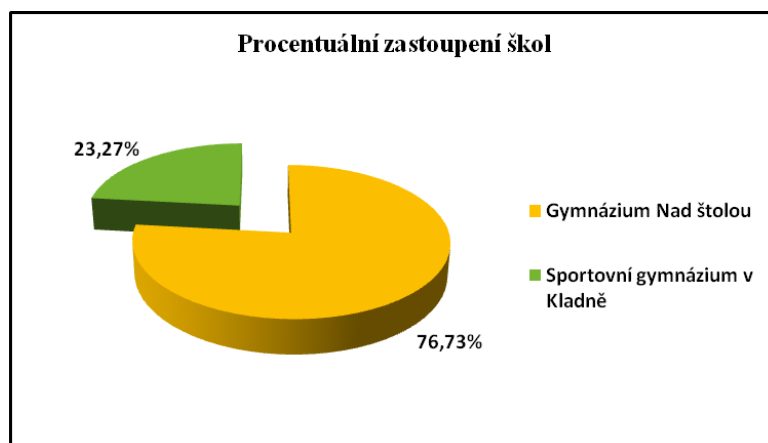
Tabulka č. 4, na niž navazují grafy č. 2 a 3, obsahuje početní zastoupení respondentů z obou škol, ve kterých proběhlo výzkumné šetření. Graf č. 2 prezentuje procentuální zastoupení dotazovaných studentů vzhledem k jejich pohlaví. Z grafu je patrné, že ženy jsou zastoupeny z 57,86% (92), tedy o necelých 16% (o 25 studentů) více, než muži. Ze získaných údajů vyvozujeme poznatek, že v obecných gymnáziích je vyšší zastoupení žen.

✓ **Graf č. 2 :** Zastoupení mužů a žen



Z grafu č. 3 je možné vyčíst, že zastoupení respondentů je převážně z Gymnázia Nad štolou a to skoro o 54%. Tyto výsledky jsou způsobeny nízkým počtem atleticky orientovaných tříd. Sportovní gymnázium v Kladně se specializuje na více sportovních odvětví, tudíž nemá k dispozici tolik míst pro studenty, kteří se atletice věnují vrcholově. Názory studentů atleticky zaměřené střední školy jsou důležitou součástí bakalářské práce.

✓ **Graf č. 3 :** Zastoupení jednotlivých škol



5.6 Vyhodnocení položek dotazníků

Následujícími tabulkami a grafy se snažíme názorně zobrazit postoje respondentů k atletice. Vzhledem k tomu, že jsou tři typy dotazníků, budeme se nejprve věnovat prvním dvěma, které jsou zaměřeny na studenty středních škol. Nejprve budou vyhodnoceny

výsledky společných otázek, jichž je osm. Poté přidáme hodnocení doplňujících otázek, které jsou individuálně mířené na jednotlivé školy. U obou dotazníků je celkem deset otázek. Na závěr budou vyhodnoceny odpovědi obdržené od učitelů tělesné výchovy jedenácti vybraných pražských škol, tento dotazník obsahuje sedm otázek zaměřených na výuku atletiky v hodinách tělesné výchovy.

Tabulky znázorňují absolutní a relativní četnost. Absolutní četnost je přesný počet respondentů. Relativní četnost vyjadřuje procenta a je v tabulkách zaokrouhlena na dvě desetinná čísla, takže její prostý součet nemusí být vždy 100 %.

5.6.1 Společné otázky určené studentům středních škol

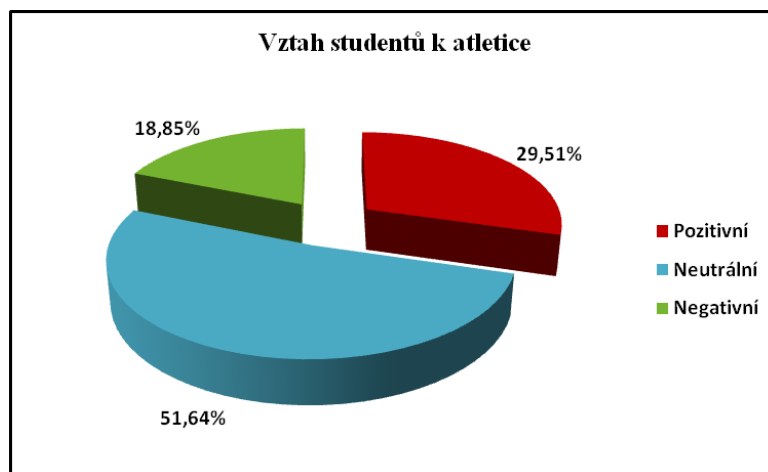
Položka č. 1: První společnou otázkou je: „*Jaký máš vztah k atletice?*“, v tabulce č. 5 a grafu č. 4 níže jsou výsledné odpovědi.

✓ **Tabulka č. 5:** Přehled postoje studentů k atletice

Gymnázium Nad štolou	Pozitivní	Neutrální	Negativní	Celkem
Žena	14	41	12	67
Muž	22	22	11	55
Celkem – Absolutní četnost (n)	36	63	23	122
Celkem – Relativní četnost (%)	29,51	51,64	18,85	100

Graf č. 4 znázorňuje oblíbenost atletiky mezi studenty střední školy Gymnázia Nad štolou. Z grafu vyplývá, že více než polovina dotazovaných studentů (51,64%) má k atletice vztah neutrální. Pozitivní však je, že ze zbylých 59 žáků (48,36%) zakroužkovalo více žáků pozitivní než negativní vztah. Rozdíl činí 13 studentů (10,66%).

✓ **Graf č. 4:** Vztah studentů k atletice



Pro zajímavost padla tato otázka také ve druhé škole. Zajímalo nás postoj studentů ke sportu, který si zvolili a věnují mu velkou část svého času. Z 37 respondentů nikdo nemá k atletice vztah negativní. Neutralitu volilo 8 studentů (21,62% dotazovaného vzorku), z toho 7 dívek. Je zajímavé, že v další otázce týkající se oblíbenosti atletiky mezi ostatními sporty, skončila atletika u těchto dívek na druhém místě, první místo v jejich případě zaujímal basketbal. Zbylých 29 odpovědí bylo pozitivních.

Položka č. 2: Druhá otázka směřující na studenty je: „*Sleduješ v médiích atletické závody? (Letní olympijské hry, Mistrovství světa, Zlatá tretra, Gulden league,...)*“, touto otázkou se snažíme zjistit oblibu sledování tohoto sportu v televizi a dalších médiích. Otázka je taktéž položena atleticky zaměřeným studentům středních škol, zde se snažíme nalézt případnou souvislost mezi oblibou provozování atletiky a oblibou jejího sledování.

✓ **Tabulka č. 6:** Přehled výsledků v Gymnáziu Nad štolou

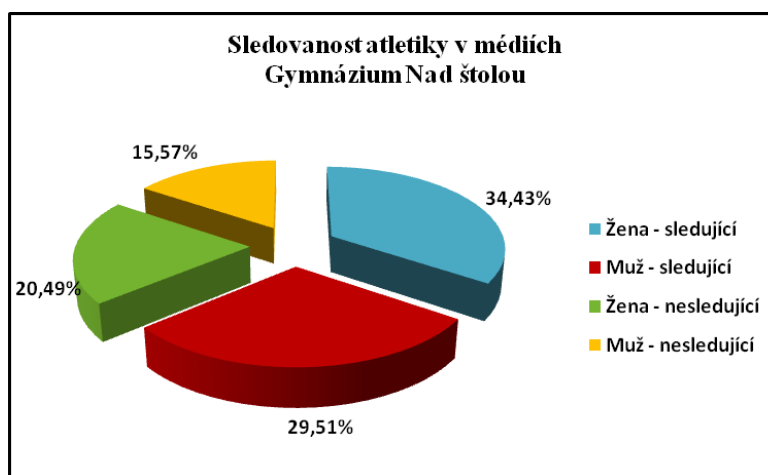
Gymnázium Nad štolou	Ano	Ne	Celkem
Žena	42	25	67
Muž	36	19	55
Celkem - Absolutní četnost (n)	78	44	122
Celkem - Relativní četnost (%)	63,93	36,07	100

Z tabulky č. 6 je zřejmé, že ze 122 dotazovaných respondentů Gymnázia Nad štolou je sledovanost atletiky kladná v případě 78 studentů (63,93%). 44 studentů (36,07%) atletické dění v médiích nesleduje. Jedním z důvodů tohoto výsledku může být úspěšnost českých atletů na závodech světového měřítka, jako jsou Olympijské hry nebo Mistrovství světa. V důsledku toho, se atletice věnuje více pozornosti v médiích, jako jsou sportovní kanály v televizi, sportovní rubriky v tisku. Tím atletika získává na divácké oblíbenosti.

Z výsledků je očividné, že se atletika za poslední léta dostává do povědomí stále více Čechů, což se promítá na dobrém vztahu dětí ke sledování a případnému provozování tohoto sportu. Musíme ale připustit, že tento sport asi nikdy nebude konkurovat sportům, jako je lední hokej, který je divácky daleko zajímavější.

I přesto, že na grafu je znázorněno větší procento kladných odpovědí u žen v celkovém počtu dotazovaných studentů, je atletika procentuálně více sledovaná muži (65,45%), a to o necelá 3%. Důvodem tohoto klamu je nižší procentuální zastoupení mužů v dotazovaném vzorku. Ze 122 respondentů je 54,92% žen a 45,08% mužů.

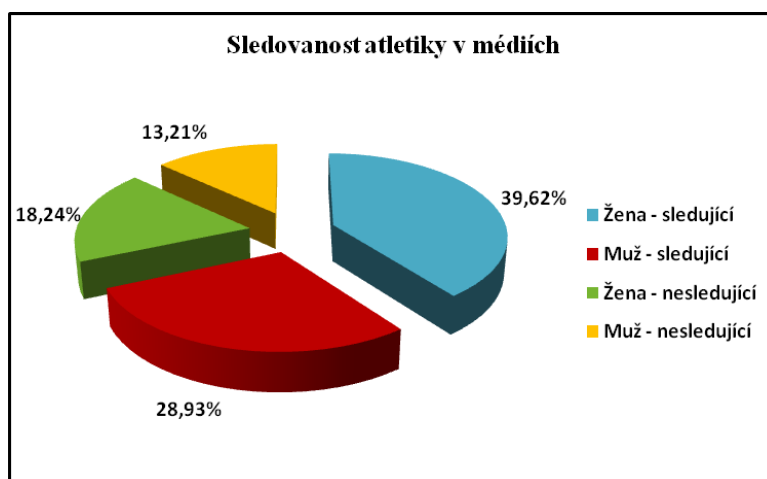
- ✓ **Graf č. 5:** Procentuální zastoupení sledovanosti atletiky v médiích v Gymnáziu Nad štolou



V případě Sportovního gymnázia v Kladně tomu bylo u této otázky takto, dohromady sleduje atletiku v médiích 31 studentů. Z toho 21 žen (56,76%) a 10 mužů (27,03%). Procentuální převaha pozitivních odpovědí byla na této škole také u žen, avšak v tomto případě byl rozdíl minimální (0,67%).

Z grafu č. 6 můžeme vyčíst, že celkově je atletika v médiích sledována, z dotazovaného vzorku 159 studentů, 109 respondenty (68,55%). Z 92 dotázaných žen ji sleduje 63 (68,48%) a z 67 mužů je atletika sledována 46 (68,66%).

✓ **Graf č. 6:** Celkový přehled sledovanosti atletiky v médiích



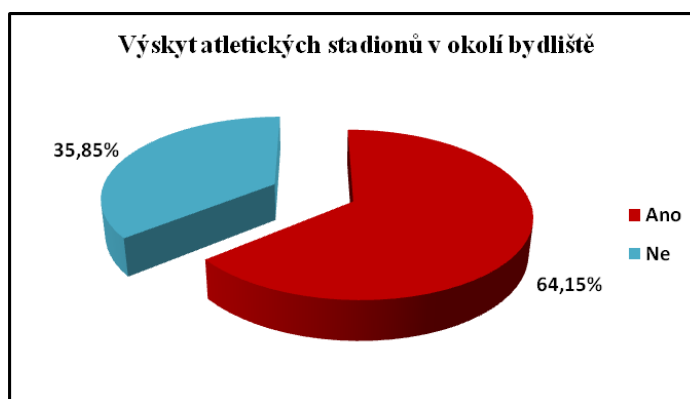
Položka č. 3: „Vyskytuje se v okolí Tvého bydliště atletický klub?“, cílem této otázky je zjistit souvislost mezi provozováním atletiky a její dostupností. Zároveň se obecně zaměříme na dostupnost atletiky pro širokou veřejnost.

✓ **Tabulka č. 7:** Celkové výsledky dostupnosti atletických klubů

	Ano	Ne	Celkem
Žena	66	26	92
Muž	36	31	67
Celkem – Absolutní četnost (n)	102	57	159
Celkem – Relativní četnost (%)	64,15	35,85	100

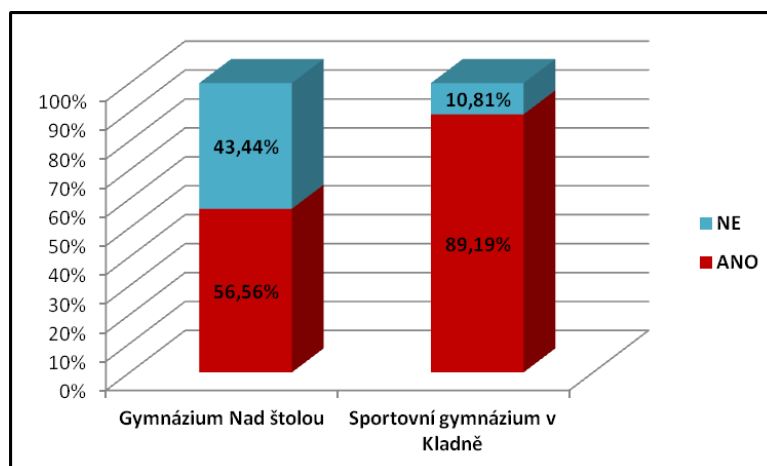
V tabulce č. 7 je znázorněn výskyt atletických klubů v okolí bydliště respondentů. Ze 159 dotazovaných má 102 studentů (64,15%) snadný přístup k atletickým klubům a 57 (35,85%) ne. Dotazovaní nebyli pouze studenti žijící v Praze či Kladně, někteří studenti dojíždějí i ze vzdálenějších měst.

✓ **Graf č. 7:** Procentuální zastoupení atletických klubů v okolí bydliště studentů



Z grafu č. 8 vyplývá, že ze 159 dotazovaných studentů je dohromady 43 atletů (27,04%). Z toho je všech 37 studentů (86,05%) Sportovního gymnázia v Kladně a pouze 6 studentů (13,95%) Gymnázia Nad štolou. Z 37 studentů kladenské školy pouze 4 studenti nemají v blízkosti svého bydliště atletický klub. Naproti tomu ze 122 studentů pražského gymnázia odpovědělo na otázku 69 studentů kladně (56,56%), ale pouze 6 z nich (8,70%) atletiku provozuje pod záštitou klubu. Podle těchto výsledků zjevně není souvislost mezi provozováním atletiky a její dostupností v podobě atletických stadionů a hřišť.

✓ **Graf č. 8:** Procentuální zastoupení atletických klubů v okolí bydliště u jednotlivých škol



Položka č. 4: „*Je někdo z Tvých známých členem/členkou atletického klubu?*“. V této otázce jde o propojenost sociálních vazeb s provozováním atletiky.

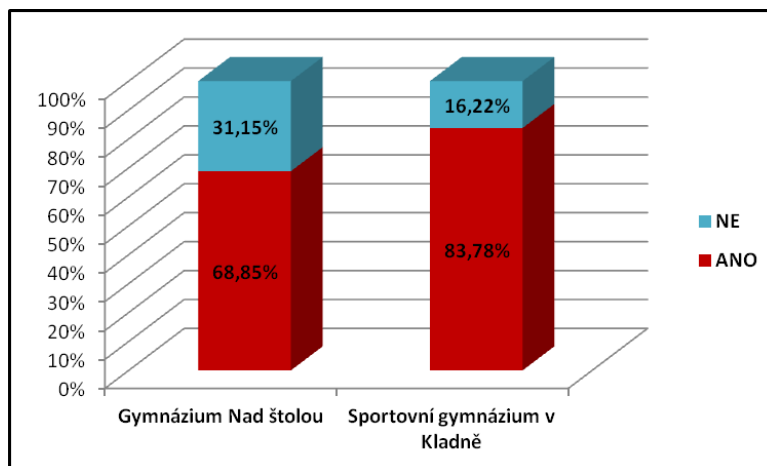
✓ **Tabulka č. 8:** Celkové výsledky kamarádství se současnými/bývalými atlety

	Ano	Ne	Celkem
Gymnázium Nad štolou	84	38	122
Sportovní gymnázium v Kladně	31	6	37
Celkem – Absolutní četnost (n)	115	44	159
Celkem – Relativní četnost (%)	72,33	27,67	100

Tabulka č. 8 nám vyobrazuje celkové výsledky této otázky. Ze 159 dotazovaných odpovědělo 115 studentů kladně (72,33%) a 44 záporně (27,67%). Z grafu č. 9 můžeme vyčíst, že 84 respondentů (68,85%) Gymnázia Nad štolou zná současného nebo bývalého člena atletického klubu. U Sportovního gymnázia je to 31 studentů (83,78%).

Z grafu č. 9 vyplývá, že větší procento členů atletického klubu mezi známými mají atleti ze Sportovního gymnázia v Kladně a to o 14,93%. Rozdíl však není tak markantní, aby poukazoval na skutečnost ovlivnění studentů k provozování atletiky skrze sociální vazby, známé a přátele.

- ✓ **Graf č. 9:** Procentuální zastoupení kamarádství studentů se současnými/bývalými atlety u jednotlivých škol



Položka č. 5: „Provozují/provozovali Tvoji rodiče závodně atletiku?“, tato otázka je zaměřena přímo na rodinné vazby dítěte a rodiče, a také na potřebu dítěte kráčet ve slépějích svých rodičů. Tento aspekt může potencionálně dítě ovlivnit pro výběr atletiky.

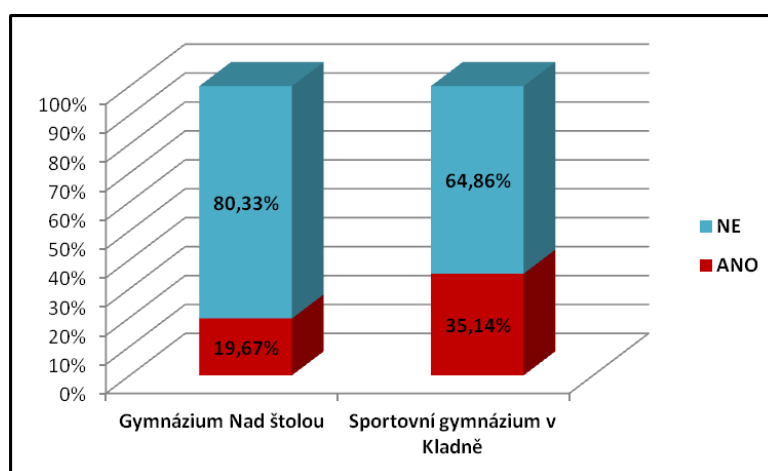
- ✓ **Tabulka č. 9:** Celkové výsledky bývalých/současných atletů mezi rodiči studentů

	Ano	Ne	Celkem
Gymnázium Nad štolou	24	98	122
Sportovní gymnázium v Kladně	13	24	37
Celkem – Absolutní četnost (n)	37	122	159
Celkem – Relativní četnost (%)	23,27	76,73	100

Podle tabulky č. 9 můžeme konstatovat, že poměrně mnoho studentů má rodiče bývalé nebo současné atlety. V Gymnáziu Nad štolou je to 24 studentů (19,67%) a ve Sportovním gymnáziu v Kladně 13 (35,14%). Při celkovém vyhodnocení je to 37 respondentů (23,27%).

Na výsledcích v grafu č. 10 vidíme porovnání obě školy. U gymnázia v Praze se u všech 6 atletů objevuje pozitivní odpověď na tuto otázku, tudíž se můžeme domnívat, že na ně rodiče určitý vliv měli. Význam, v případě atletické střední školy, může být u 1/3 studentů částečně podmíněn rodinou. V doplňující otázce níže, směřované pouze atletům, můžeme podle odpovědí vidět jako poměrně častý důvod k závodnímu (vrcholovému) provozování atletiky rodinu. Z těchto výsledků to však můžeme jen předpokládat.

- ✓ **Graf č. 10:** Procentuální zastoupení bývalých/současných atletů mezi rodiči studentů u jednotlivých škol



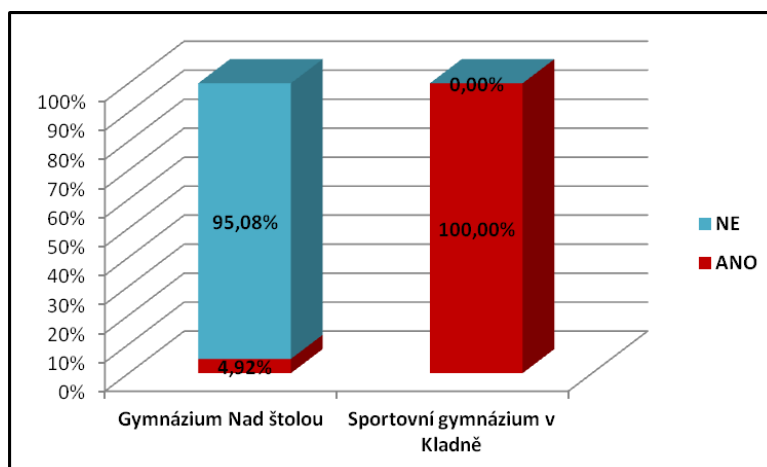
Položka č. 6: „Jsi členem/členkou atletického klubu?“, pokud ano, „Jak dlouho atletiku provozuješ?“

- ✓ **Tabulka č. 10:** Celkové výsledky atletů mezi studenty

	Ano	Ne	Celkem
Gymnázium Nad štolou	6	116	122
Sportovní gymnázium v Kladně	37	0	37
Celkem – Absolutní četnost (n)	43	116	159
Celkem – Relativní četnost (%)	27,04	72,96	100

Již bylo zmíněno, že v Gymnáziu Nad štolou je 6 atletů (4,92%) a ve Sportovním gymnáziu v Kladně všichni – 37 studentů (100%), jelikož byl výzkum prováděn ve třídě specializované na atletiku. Všichni kladenští studenti spadají v rámci školy pod atletický sportovní klub nazvaný A. C. TEPO Kladno. U zbylých 6 atletů byly zmíněny pražské atletické kluby – SK Jeseniova, PSK Olymp a USK. Přehled zastoupení atletů ve školách je vizuálně znázorněn v následujícím grafu.

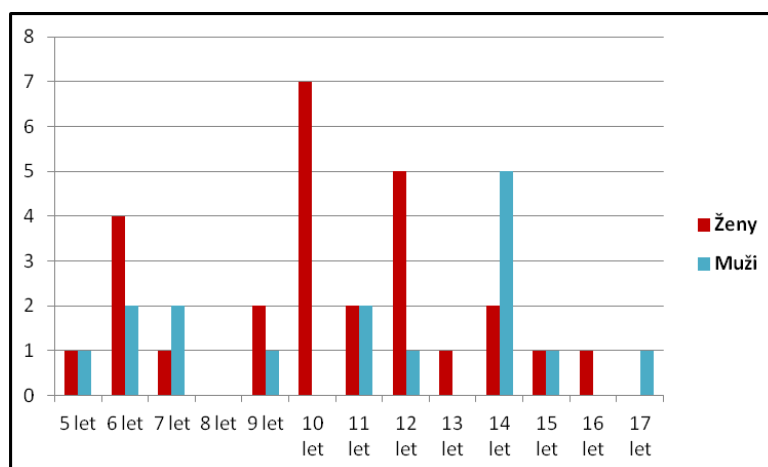
✓ **Graf č. 11:** Procentuální zastoupení atletů mezi studenty v jednotlivých školách



Na grafu č. 12 vidíme přehled věku, v kolika jednotliví atleti se sportem začali. A to ze všech 43 atletů, což znamená 37 (86,05%) z Kladna a 6 (13,95%) z Prahy. Nejvíce žen začalo v 10 letech, což je 5. třída. V těchto letech začíná mládežnická atletika, na atletiku je však možné potomka poslat již ve 4-5 letech.

U mužů je nejvyšší počet odpovědí 14 roků. Průměrný věk pro začátek s atletikou u žen z tohoto grafu je 10,3 let a u mužů 11 let. Celkový průměrný věk je 10,65 let. Podle odpovědí je tedy zřejmé, že většina atletů začne s atletikou kolem 10-11 roku, což je věk, kdy končí atletická příprava a začíná kategorie nazývaná mladší žáci/žákyně. V této kategorii se již jezdí na závody.

✓ **Graf č. 12:** Přehled věku studentů, ve kterém začali s atletikou



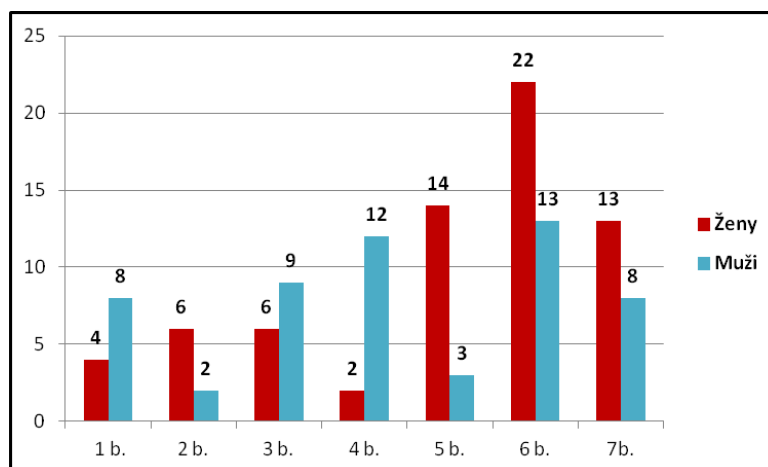
Položka č. 7: „*Ohodnot' sestupně sporty od nejvíce oblíbeného (7 bodů) po nejméně oblíbený (1 bod). Každé číslo použij pouze jednou.*“, tato otázka je jednou ze dvou stěžejních otázek bakalářské práce. Cílem je zjistit postoj studentů k atletice v porovnání s dalšími sporty jako jsou míčové hry (například – fotbal, basketbal, volejbal, ...), plavání nebo aerobic. Tyto sporty byly vybrány z důvodu velké obliby v dřívějších dotazníkových šetřeních zaměřených na zkoumání oblíbenosti jednotlivých sportů.

Z grafu č. 13 můžeme vyčíst, že ze 122 studentů Gymnázia Nad štolou ohodnotilo 21 studentů atletiku maximálním možným počtem bodů. Naproti tomu 12 respondentům atletika vůbec nic neříká. Když zprůměrujeme bodové ohodnocení atletiky, kde 7 bodů je její největší oblíbenost, vychází nám průměr 4,68 bodů. Průměrná oblíbenost u žen je vyšší (5,18 bodů) než u mužů (4,18 bodů).

V celkovém umístění nejoblíbenějšího sportu na pražském gymnáziu je atletika se svými 21 studenty na 3. místě ze sedmi. Na prvním místě se umístilo plavání s počtem 34 (27,87%), na druhém volejbal s počtem 27 (22,13%) a na třetím místě fotbal společně s atletikou s 21 hlasy (17,21%). Zbýlých 15,58% si rozdělily zbylé tři sporty. Mezi ženami byl nejvíce oblíben volejbal a plavání, u mužů převládal fotbal. Atletika byla oblíbenou oběma pohlavími.

Pro Sportovní gymnázium v Kladně není zapotřebí tabulka, jelikož se u atletů předpokládá maximální počet bodů. Nakonec byly výsledky trochu jiné. Z 37 dotazovaných dalo atletiku na první místo 26 studentů (70,27%), 7 ji dalo na místo druhé (18,92%), 1 na třetí (2,70%) a 3 na čtvrté (8,11%). Není nezajímavé, že pro sedm dívek, z těchto 11 respondentů, byl na prvním místě basketbal, což bylo zmíněno již výše.

✓ **Graf č. 13:** Přehled oblíbenosti atletiky mezi studenty Gymnázia Nad štolou



Položka č. 8: „Ohodnot' sestupně jednotlivé atletické disciplíny od nejvíce oblíbené (10 bodů) po nejméně oblíbenou (1 bod). Každé číslo použij pouze jednou.“, druhá důležitá otázka této práce se týká oblíbenosti jednotlivých disciplín. Z vyplněného bodového ohodnocení každé atletické disciplíny jsme vybrali disciplínu s nejvyšším a nejnižším počtem bodů. Nejprve je vyhodnocena nejoblíbenější disciplína (tabulka č. 11), s plným počtem 10 bodů. Následně proběhne hodnocení i nejméně oblíbené (tabulka č. 12), u níž je bodové ohodnocení 1 bod.

- ✓ **Tabulka č. 11:** Celkový přehled *nejvíce* oblíbených atletických disciplín na vybraných školách

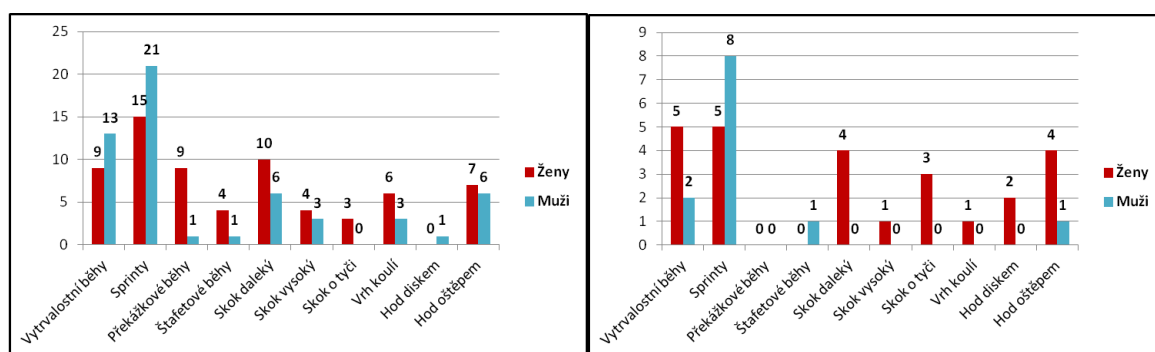
	Gymnázium Nad štolou	Sportovní gymnázium v Kladně	Celkem - Absolutní četnost (n)	Celkem - Relativní četnost (%)
Vytrvalostní běhy	22	7	29	18,24
Sprinty	36	13	49	30,82
Překážkové běhy	10	0	10	6,29
Štafetové běhy	5	1	6	3,77
Skok daleký	16	4	20	12,58
Skok vysoký	7	1	8	5,03
Skok o tyči	3	3	6	3,77
Vrh koulí	9	1	10	6,29
Hod diskem	1	2	3	1,89
Hod oštěpem	13	5	18	11,32
Celkem	122	37	159	100

V grafech 14 a 15 je pro představu detailní přehled rozdílů v oblíbenosti disciplín mezi pohlavími a školami.

- ✓ **Grafy č. 14 a 15:** Přehled *oblíbených* disciplín na jednotlivých školách

Gymnázium Nad štolou

Sportovní gymnázium v Kladně

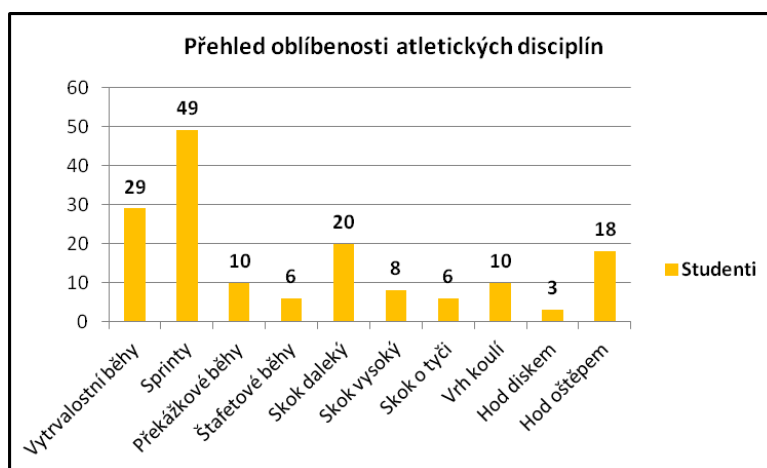


Z grafů 14 a 15 můžeme vyčíst, že mezi ženami je nejvíce oblíbený sprint (21,74%), stejně jako u mužů (43,28%). Na druhém místě jsou nerozhodně vytrvalostní běhy a skok daleký (15,22%). U mužů jsou na druhém místě vytrvalostní běhy (22,39%). Podle procent zapsaných v závorkách vidíme, že u žen je v rozhodování o nejoblíbenější disciplínu větší rozpětí volených odpovědí. Na rozdíl od nich z 67 dotazovaných mužů označilo 29 sprint nejoblíbenější disciplínou, něco málo přes 43%.

Z grafu č. 16 je patrné, že oblíbenost jednotlivých disciplín se u atletů a atleticky nespécializovaných studentů nijak zvlášť neliší. Podle celkových výsledků je mezi respondenty nejvíce oblíbená disciplína sprint, která zahrnuje běhy startované z bloků. Podle celkových výsledků jsou sprinty nejoblíbenější pro 49 studentů (30,82%) ze 159 dotazovaných.

Na druhém místě skončily vytrvalostní běhy (18,24%), což je překvapivé, jelikož je tato disciplína poměrně náročná na kondici sportovce. Za vytrvalostními běhy následuje skok daleký (12,58%) a hod oštěpem (11,32%). Skok daleký byl více oblíben ženami a hod oštěpem nečekaně také.

✓ **Graf č. 16:** Celkový přehled *nejoblíbenějších* disciplín



Graf č. 17 jsme přidali pro zajímavost. Jelikož se tato práce zajímá nejvíce o pohled studentů na atletiku a oblíbenost jejích jednotlivých disciplín, zařadili jsme do práce přehled oblíbenosti atletiky v jednotlivých třídách na střední škole. Již na začátku, kdy

probíhalo dotazníkové šetření, jsme předpokládali, že bude zajímavé podívat se na oblíbenost jednotlivých disciplín z hlediska jednotlivých tříd. Byly vybrány čtyři třídy různých ročníků a poměr žen ku mužům ve srovnatelné množině.

Výsledky, plynoucí z níže uvedeného grafu č. 17, jsou následující. V prvním ročníku střední školy se stal nejvíce oblíbeným sportem, s rozdílem jedné odpovědi, sprint, tudíž disciplína, jež byla vyhodnocena nejvíce oblíbenou z celkového počtu dotazovaných středoškoláků (graf č. 16). Avšak tyto výsledky platí pouze pro 6 žáků (20,69%) z celkového počtu 29 respondentů, což není ani $\frac{1}{4}$ dotazovaných. Z tohoto pohledu se tedy 1. ročník nepodílí takovou měrou na vítězství sprintu, jakožto nejoblíbenější disciplíny.

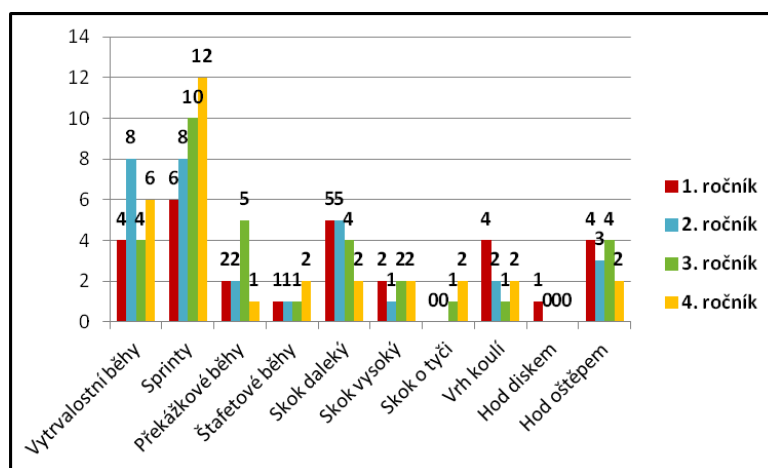
V druhém ročníku se na prvním místě umístily dvě disciplíny, vytrvalostní běh a sprint, s počtem 8 hlasů (26,67%) z celkového počtu 30 žáků. Tyto dva sporty tvoří více než polovinu odpovědí 2. ročníku.

Třetí ročník v otázce oblíbenosti odpovídal takto. Na prvním místě je pro 32 dotazovaných sprint s celkovým počtem 10 hlasů (31,25%), což je necelá třetina dotazovaných.

Ve čtvrtém ročníku byl, ze všech dotázaných ročníků, sprint označen v největším procentu, v počtu 12 hlasů (38,71%) z 31 respondentů. Čtvrtý ročník se podílel na celkových výsledcích u sprintů ze 49 studentů přibližně 24 procenty (12 žáků) a u vytrvalostního běhu z 29 respondentů přibližně 21 procenty (6 žáků). To znamená, že žáci čtvrtého ročníku nejvíce odpovídali ve prospěch prvních dvou nejoblíbenějších disciplín.

Ve výsledcích je vidět tendence postupné specializace žáků na určitou disciplínu, v tomto případě sprint. Z počátku se v prvních ročnících oblíbenost dosti liší u každého dotázaného jednotlivce. V posledním, čtvrtém, ročníku však tato disciplína vévodí. Důvody tohoto výsledku mohou mít více důvodů, avšak jedním z hlavních může být nenáročnost této disciplíny na vybavení. Tato disciplína je lehce dostupnou pro výuku ve středoškolské tělesné výchově, to může být právě důvodem její oblíbenosti. Dalším plusem této disciplíny je poměrně jednoduchá příprava a není zapotřebí znát techniku k tomu, abyste mohli běžet.

Graf č. 17: Přehled *oblíbených* disciplín v jednotlivých ročnících



✓ **Tabulka č. 12:** Celkový přehled *nejméně* oblíbených atletických disciplín na vybraných školách

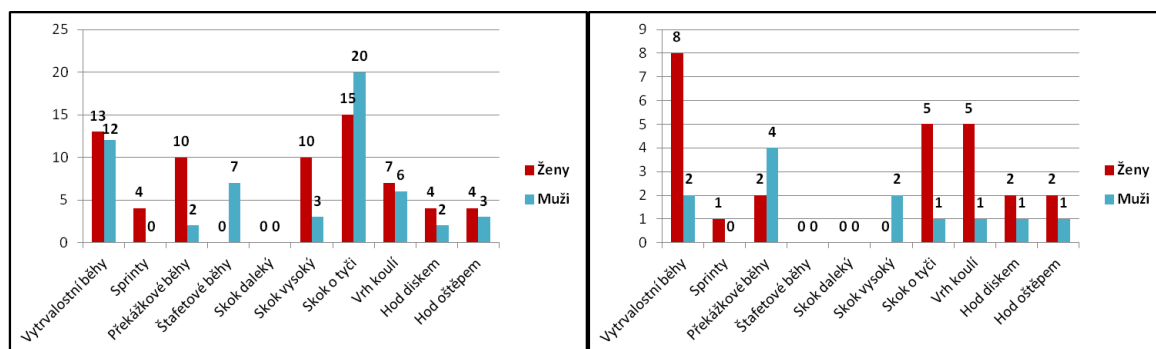
	Gymnázium Nad štolou	Sportovní gymnázium v Kladně	Celkem - Absolutní četnost (n)	Celkem - Relativní četnost (%)
Vytrvalostní běhy	25	10	35	22,01
Sprinty	4	1	5	3,14
Překážkové běhy	12	6	18	11,32
Štafetové běhy	7	0	7	4,40
Skok daleký	0	0	0	0
Skok vysoký	13	2	15	9,43
Skok o tyči	35	6	41	25,79
Vrh koulí	13	6	19	11,95
Hod diskem	6	3	9	5,66
Hod oštěpem	7	3	10	6,29
Celkem	122	37	159	100

V grafech 18 a 19 je detailní přehled rozdílů v oblíbenosti disciplín mezi pohlavími a školami.

✓ **Grafy č. 18 a 19:** Přehled *neoblíbených* disciplín na jednotlivých školách

Gymnázium Nad štolou

Sportovní gymnázium v Kladně

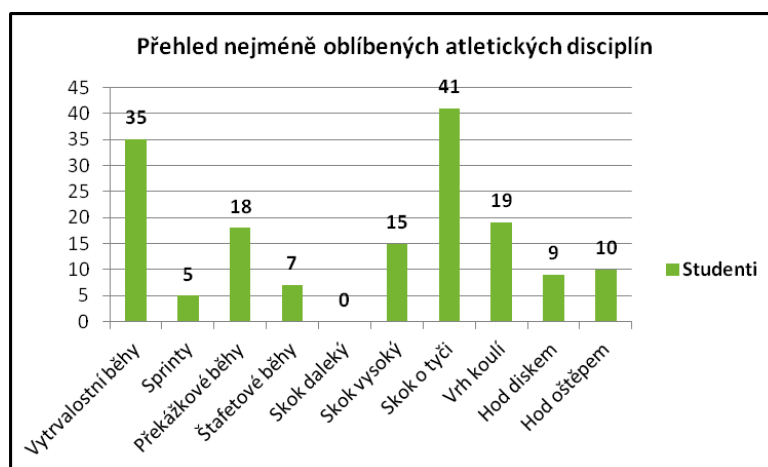


Z grafů 18 a 19 můžeme vidět, že mezi ženami je nejméně oblíbenou disciplínou vytrvalostní běh s počtem 21 studentek (22,83%) ze 122. Na druhém místě je skok o tyči s počtem 20 odpovědí (21,74%). U mužů jsou výsledky prohozené a to tak, že 21 studentů (31,34%) hlasovalo pro skok o tyči a 14 (20,90%) pro vytrvalostní běh.

Z pohledu škol se u Gymnázia Nad štolou na prvním nechvalném místě umístil skok o tyči s 35 studenty (28,69%), na druhém je vytrvalostní běh (20,49%). Ve Sportovním gymnáziu se na prvním místě umístil vytrvalostní běh s počtem 10 hlasů (27,03%) z 37. Na další příčce se umístily s 6 hlasy (16,22%) překážkové běhy, skok o tyči a vrh koulí.

V grafu č. 20 níže jsou znázorněny celkové výsledky nejméně oblíbené atletické disciplíny, které vyšly z dotazníkové ankety. Nejméně oblíbenou disciplínou se stal skok o tyči s 41 hlasy (25,79%) ze 159 dotazovaných. Tyto výsledky jsou ovlivněny tím, že se na střední škole Gymnázium Nad štolou skok o tyči vůbec nevyučuje. Naproti tomu na střední sportovní škole v Kladně tato disciplína vyučována je. Na druhém místě se umístila disciplína, která v předchozí otázce, zabývající se nejvíce oblíbenou disciplínou, skončila také na druhém místě. V tomto případě pro ní hlasovalo více studentů, ze 159 dotázaných ji jako nejméně oblíbenou (počtem 1 bodu z 10) označilo 22%.

✓ **Graf č. 20:** Celkový přehled *nejméně* oblíbených disciplín

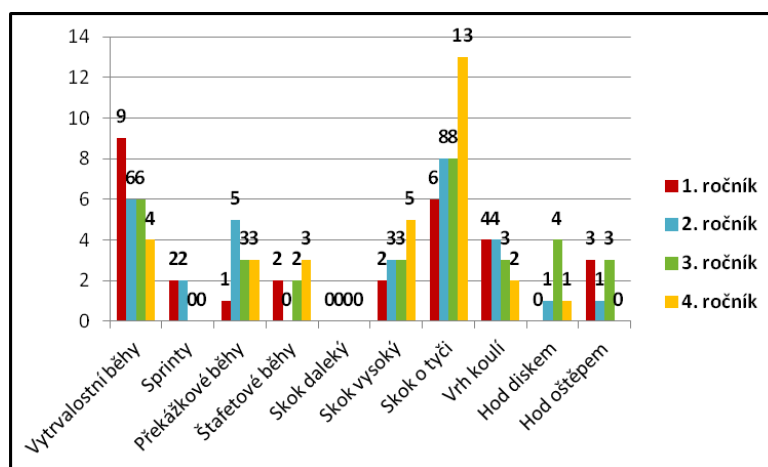


V následujícím grafu (č. 21) můžeme pozorovat hodnocení studentů pro nejméně oblíbenou disciplínu, podle ročníku. V prvním ročníku se z 29 studentů shodlo na označení nejméně oblíbené disciplíny 9 studentů (31,03%), kteří hlasovali pro vytrvalostní běhy. Na druhou stranu byla tato disciplína označena 4 žáky za nejoblíbenější. Skok o tyči skončil druhý se svými 6 hlasy (20,69%).

Druhý ročník označil za nejméně oblíbenou disciplínu skok o tyči, 8 hlasů (26,67%) z 30 žáků. Na druhém místě skončili taktéž vytrvalostní běhy (20%). Stejné umístění je také u třetího ročníku.

Čtvrtý ročník, opět převážnou většinou hlasů, zvolil za neoblíbenou disciplínu skok o tyči a to neuvěřitelnými 13 hlasy (41,94%) z 31. Na druhém místě, pouze s 5 studenty (16,13%), se umístil skok vysoký.

✓ **Graf č. 21** : Přehled *neoblíbených* disciplín v jednotlivých ročnících



5.6.2 Doplnující otázky pro středoškolské studenty

Následují dvě skupiny doplňujících otázek, které nebylo možné vložit do dotazníků studentů obou středních škol. Kapitola zahrnuje dvě otázky předložené studentům střední školy Gymnázium Nad štolou a další dvě zaměřené na žáky Sportovního gymnázia v Kladně. Všechny tyto otázky dotváří pohled na atletiku a její oblíbenost.

5.6.2.1 Gymnázium Nad štolou

Vzhledem k tomu, že žáci Gymnázia Nad štolou nejsou specializovaní na jakýkoli druh sportu, padly otázky týkající se oblíbenosti a znalosti atletiky v rámci výuky tělesné výchovy.

Položka č. 9: „Pokud víš, přiřpiš k těmto atletům disciplínu, kterou se proslavili.“, bylo vyjmenováno 5 atletů – *Emil Zátopek, Roman Šebrle, Jan Železný, Jarmila Kratochvílová, Barbora Špotáková*. Atletické osobnosti byly vybírány na základě jejich úspěšnosti při účastech na světových atletických závodech a také na základě jejich známosti v médiích, což úzce souvisí s jejich zahraničními úspěchy. Níže uvádíme stručný přehled atletických osobností a jejich výkonů.

Emil Zátopek byl československý atlet, který se za svůj život stal čtyřnásobným olympijským vítězem ve vytrvalostním běhu, což byly vzdálenosti 5 000 metrů, 10 000 metrů nebo maratón. Tři z těchto čtyř medailí získal na Letních olympijských hrách v roce 1952. Zátopek vytvořil za svůj život celkem třináct světových rekordů a pět na mílových tratích, díky nim se stal jedním z největších atletů všech dob. V cizině byl přezdíván „česká lokomotiva“. Tento atlet se stal velmi známým také pro svůj tréninkový styl, při tréninku totiž využíval kanady, aby při závodě získal pocit lehkých nohou. Tato metoda se zřejmě velmi osvědčila. (JIRKA, Jan. *Kdo byl kdo v české atletice*. 2000. s. 206)

Roman Šebrle je bývalým českým atletem, který skončil kariéru v roce 2013. Šebrle se specializoval na atletickou disciplínu vícebojů. Stal se v roce 2004 zlatým medailistou v Letních olympijských hrách 2004 v Athénách. Také vytvořil v roce 2001 světový rekord v desetiboji, kdy překročil bájnou hranici 9000 bodů. Tento rekord nebyl překonán dalších 11 let. (JIRKA, Jan. *Kdo byl kdo v české atletice*. 2000. s.170)

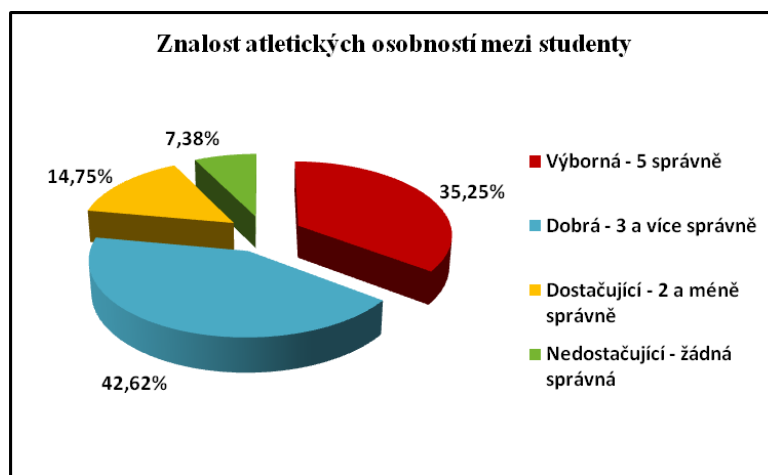
Jan Železný je bývalý český atlet, který byl zaměřen na disciplínu hod oštěpem. Je držitelem tří zlatých (1992, 1996 a 2000) a jedné stříbrné medaile (1988) z Letních olympijských her. Železný se zasloužil o bezpočet rekordů a až dodnes je držitelem světového rekordu v hodu oštěpem z roku 1996, tudíž již 18 let. Zajímavostí je, že byl vyhlášen atletem světa v roce 2000. (JIRKA, Jan. *Kdo byl kdo v české atletice*. 2000. s.211)

Jarmila Kratochvílová je bývalou československou atletkou, která se proslavila běhy na 400 a 800 metrů. Kratochvílová již přes 30 let drží světový rekord v běhu na 800 metrů z atletické soutěže Mistrovství světa v roce 1983, což je nejdéle trvající hájení světového rekordu v atletické historii. Dále jsou spolu s Martinou Kochovou jedinými běžkyněmi na 400 metrů, které tuto trať zaběhli pod 48 sekund, to také z Mistrovství světa v roce 1983. (JIRKA, Jan. *Kdo byl kdo v české atletice*. 2000. s.90)

Barbora Špotáková je českou atletkou specializující se na disciplínu hod oštěpem, dříve byla zaměřená také na atletický víceboj. Atletickou osobností se stala nejen díky vítězstvím na olympijských hrách. Na letních olympijských hrách se nejvíce zviditelnila v roce 2008 v Pekingu a 2012 v Londýně, kde vyhrála zlaté medaile právě z již zmíněné atletické disciplíny, hodu oštěpem. (JIRKA, Jan. *Kdo byl kdo v české atletice*. 2000. s.177)

Výsledky jsme vyhodnocovali na základě správného přiřazení atletických disciplín jednotlivým českým osobnostem. Hodnocení proběhlo na základě počtu správně zodpovězených otázek. Ti, kteří měli plný počet bodů, znali všechny české atlety a disciplíny, kterými se proslavili, jsou na grafu znázorněni červenou barvou. Z celkového počtu 122 studentů znalo správnou odpověď na všechny otázky 43 respondentů (35,25%). Tyto výsledky, tedy více než 1/3 studentů, jsou velmi pozitivní. S dobrou znalostí českých atletických osobností se předvedlo 52 studentů (42,62%), tito studenti přiřadili správně 3 až 4 atletické disciplíny. Z toho vyplývá, že dobrý až vynikající přehled mělo 95 studentů, tudíž necelých 78 procent dotazovaného vzorku. Nulovou znalost atletiky a jejích osobností mělo pouze 9 žáků (7,38%).

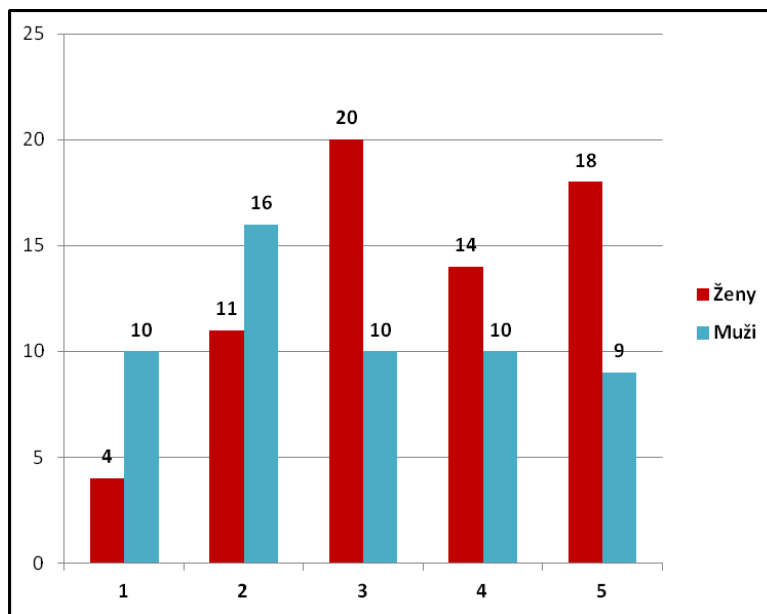
✓ **Graf č. 22:** Přehled vědomostí studentů o atletických osobnostech



Položka č. 10: „Oznámkuj oblíbenost sportů provozovaných v rámci tělesné výchovy.“, touto otázkou se snažím zjistit, jak si atletika stojí v oblíbenosti mezi dalšími vyučovanými sporty v rámci hodin tělesné výchovy. Žáci měli oznámkovat oblíbenost jednotlivých sportů. Byly vypsány 4 sporty (gymnastika, atletika, plavání, míčové hry) a případně možnost připsání jiného sportu, který není zmíněn. Z této otázky jsem udělala známkový průměr ohodnocení pouze atletiky. Průměr oznámkované oblíbenosti, který atletika získala, byl 3,2. Ženám vyšel přibližný známkový průměr tohoto sportu na 3,5. U mužů byla oblíbenost nepatrně vyšší, tedy 2,9.

Na grafu č. 23 můžeme sledovat, že celkem 14 studentů (11,48%) ze 122 ohodnotilo atletiku známkou 1. Na dvojku byly odpovědi již častější, 27 dotazovaných (22,13%). Nejvíce získala známka 3, což činí 30 odpovědí (24,59%). Zbylé dvě známky zahrnují 51 studentů, tedy necelých 42 procent.

✓ **Graf č. 23:** Přehled oblíbenosti atletiky ve výuce tělesné výchovy



5.6.2.2 Sportovní gymnázium v Kladně

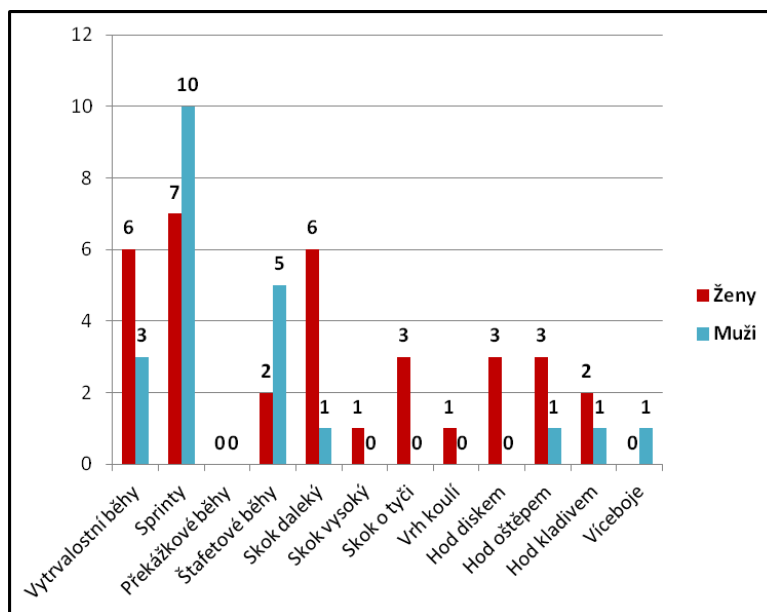
Otázky týkající se studentů Sportovního gymnázia v Kladně mají poukázat na nejoblíbenější provozované disciplíny v rámci tohoto sportu. Chtěli jsme zjistit jejich pomoci, jaké měli studenti důvody pro provozování tohoto sportu a v jakém věku. Odpovědi týkající se věku byly vyhodnoceny již v položce č. 6 u otázky: „*Jsi členem/členkou atletického klubu?*“.

Položka č. 11: „*Zakroužkuj, jakým atletickým disciplínám se věnuješ.*“, u této otázky měli studenti možnost zakroužkovat i více disciplín, jelikož je poměrně častým jevem, že atleti nejsou specializovaní pouze na jednu disciplínu.

Z grafu č. 24 je patrné, které disciplíny jsou nejvíce provozovanými. Jednoznačně vítězí disciplína sprint s celkovým počtem 17 odpovědí. Na druhém místě se umístil vytrvalostní běh (9 odpovědí) a na třetím místě současně skončili štafetový běh a skok

daleký (7 odpovědí). Když tyto výsledky porovnáme s výsledky položky č. 8, kde se ptáme na nejoblíbenější atletickou disciplínu, zjistíme, že sprint a vytrvalostní běh se umístili na prvních dvou příčkách. Můžeme proto říci, že oblíbenost jednotlivých disciplín ovlivňuje také specializaci na ně.

- ✓ **Graf č. 24:** Přehled disciplín provozovaných atlety Sportovního gymnázia v Kladně



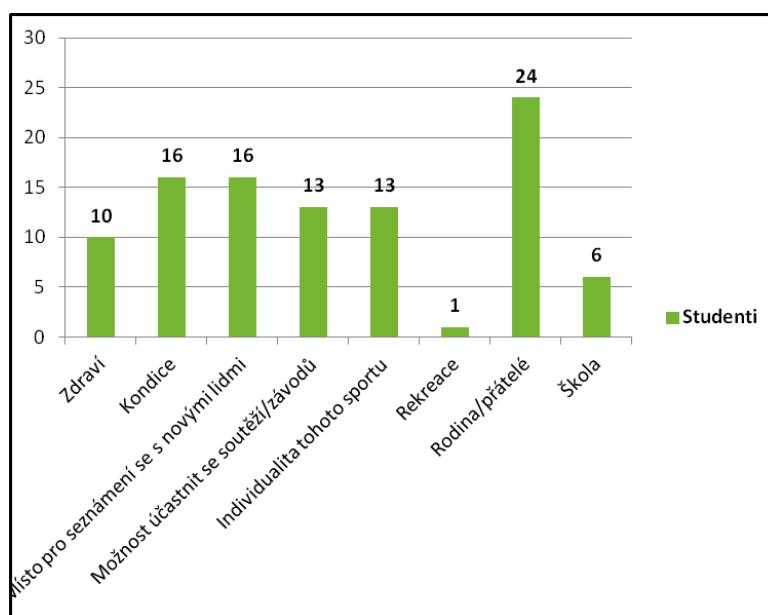
Položka č. 12: „Co Tě vedlo k tomu, abys začal/a s atletikou?“. Otázka týkající se důvodů k prvotnímu rozhodnutí věnovat se atletice navazuje na položky č. 3, 4 a 5. Zajímalo nás, jestli sociální vztahy hrají podstatnou roli ve výběru sportu, který později dítě provozuje, například i na vrcholové úrovni. V této otázce bylo možné zakroužkovat i více nabízených odpovědí, případně dopsat vlastní důvod.

Z výsledků grafu č. 25 zjišťujeme, že pro valnou část dotázaných studentů, tedy 24 z 37, byl velkou motivací pro vybrání tohoto sportu sociální aspekt. Dalšími důležitými důvody je kondice nebo místo pro seznámení se s novými lidmi. Někteří studenti (13 odpovědí) se také shodli na kvalitách atletiky díky její individualitě a možnosti absolvovat závody v jednotlivých disciplínách. Zajímavým je, že šest studentů dopsalo jako jeden

z důvodů i školu. Sportovní gymnázium v Kladně se specializuje na několik různých sportů.

Někteří atleti v otázce „*Jak dlouho atletiku provozuješ?*“ odpověděli, že jen několik měsíců. Z toho lze usoudit, že v důsledku výběru této střední školy se atletice začali teprve věnovat. Z 37 respondentů jich 10 atletiku provozuje pro zdraví a dalších 16 pro kondici. Znamená to, že tento sport se využívá také k účelům získání pevného zdraví a dobré kondice.

✓ **Graf č. 25:** Přehled motivačních činitelů k provozování atletiky



5.6.3 Otázky pro učitele tělesné výchovy na středních školách

Položka č. 13: „*Vlastní nebo pronajímá vaše škola atletický stadion pro výuku atletiky v rámci hodin tělesné výchovy?*“, tato otázka má za úkol zjistit možnosti pražských středních škol k provozování atletiky.

Z 11 obdržených dotazníků, které vyplňovali učitelé tělesné výchovy jednotlivých škol, byly zjištěny následující informace. Pouze tři školy (27,27%) odpověděly kladně na výše položenou otázku, týkající se využívání stadionu vhodných pro atletiku v rámci hodin tělesné výchovy. Zbýlých 7 odpovědí (63,64%) bylo negativních.

Položka č. 14: „*Kolik hodin tělesné výchovy je na vaší škole ročně průměrně věnováno atletice?*“, zjištěním počtu hodin věnovaných atletice se mělo zjistit zastoupení atletiky v hodinách tělesné výchovy.

Každá škola musí zajistit studentům výuku tělesné výchovy alespoň dvakrát týdně, což za rok činí 104 hodin tělesné výchovy. Některé školy odpověděly, že nemají k dispozici žádný atletický stadion, tudíž atletiku vůbec nevyučují (2 školy). Ostatní odpovědi byly zprůměrovány s výsledkem přibližně třinácti hodin za rok (13,38). Tento výsledek činí 12,5% z celkového minimálního počtu odučených hodin tělesné výchovy (104).

Položka č. 15: „*Vyučují se na vaší škole atletické disciplíny, ke kterým je zapotřebí i speciálního vybavení? (doskočiště výšky, oštěp, koule, překážky, ...)*“

Výsledky otázky byly překvapivě pozitivní. Z celkového počtu 11 dotázaných škol odpovědělo pozitivně 7 škol (63,64%). Pouze 3 odpovědi byly ne.

Položka č. 16: „*Věnujete se v hodinách tělesné výchovy atletickým průpravným cvičením?*“

Otázka se týkala především škol neschopných vyučovat atletiku na k tomu určených stadionech. Výsledky byly z necelých 82% kladné (9 škol). Pouhých 18% škol se nevěnovalo v rámci hodin atletice a jejím průpravným cvičením.

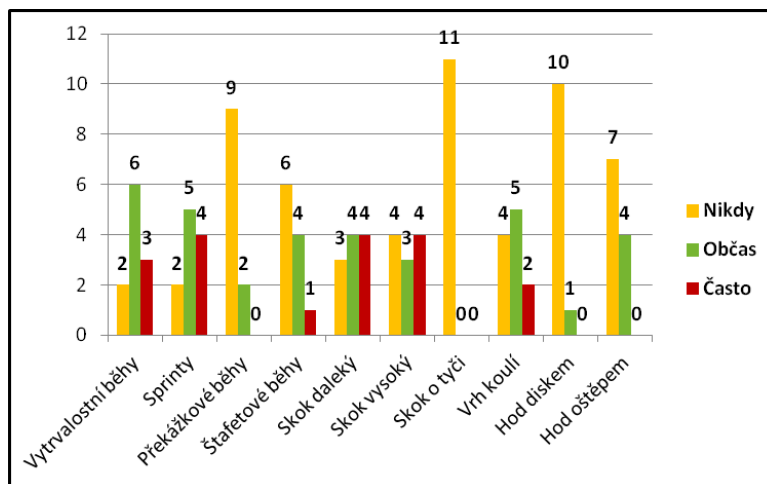
Položka č. 17: „*Podle toho, jak často v hodinách provozujete jednotlivé atletické disciplíny, ohodnoťte následující výčet.*“

Z grafu č. 26 můžeme vyčíst, že žádná z dotázaných škol nikdy nevyučovala skok o tyči. Na druhou stranu nejčastějšími disciplínami vyučovanými na střední škole se stal sprint, skok daleký a skok vysoký. Tyto disciplíny byly ohodnoceny čtyřmi školami (36,36%) za provozované často.

Vytrvalostní běhy jsou trénovány devíti školami (81,82%) z jedenácti. Překážkové běhy si při výuce tělesné výchovy vyzkouší studenti pouze dvou dotazovaných škol (18,18%). Štafetové běhy se z více než poloviny (54,55%) v rámci hodin nevyučují. Vrhů koulí se věnuje více než polovina škol (63,64%). Hod diskem se zdá být velmi zřídka

vyučovanou disciplínou (90,91%), má jedinou kladnou odpověď. Hod oštěpem již není tolik náročný na vybavení jako disk, proto se zřejmě jeho výuka objevuje častěji (36,36%).

✓ **Graf č. 26:** Nejvíce provozované atletické disciplíny na vybraných školách



Položka č. 18: „Účastní se vaše škola atletických závodů?“, je velmi známým jevem pražských škol, že podnikají soutěže mezi školami. Cílem bylo zjistit, kolik procent škol se těchto závodů účastní.

Výsledky byly z necelých 82% kladné, což znamená 9 škol, které absolvují utkání mezi školami. Pouze 18% škol se závodů neúčastní.

Položka č. 19: „Děláte v rámci tělesné výchovy testy atletických dovedností?“, tato otázka je směřována na sledování učitelů pohybových dovedností studentů formou atletického testování jejich výkonů.

Na tuto otázku odpovědělo 8 z 11 škol, že u nich na škole probíhají testy atletických dovedností. Zbýlé tři školy toto testování nepodstupují.

6 DISKUZE

Výzkumný vzorek byl vybrán ze dvou středních škol. Pro správnost výzkumu bylo zapotřebí zvolit jednu školu sportovně nezaměřenou, zatímco druhou specializovanou na atletiku. U těchto škol se využilo dvou variant dotazníků, které mířily na jejich studenty.

Aby se předešlo chybnému vyplňování dotazníku, byly dotazníky rozdány osobně. To se ukázalo být užitečným, avšak i přesto se v některých případech objevily nesrovnalosti. Společné otázky, které bylo nutné obodovat, byly některými studenty nesprávně pochopeny. Vzhledem k tomu musely být jejich nejoblíbenější sporty a atletické disciplíny ohodnoceny podle jimi vybraného modelu hodnocení. Na správnost výsledků to však nemělo žádný vliv.

Při komunikaci s vybranými školami docházelo ke komplikacím, které činily výše zadaný úkol obtížnějším. Bylo zapotřebí přizpůsobit se individuálním přístupům učitelů a časové různorodosti hodin tělesné výchovy jednotlivých tříd. V případě Sportovního gymnázia v Kladně byla telefonicky stanovena hodina, při které se rozdaly dotazníky všem studentům najednou. U Gymnázia Nad štolou v Praze tomu bylo jinak. Po domluvě se zástupkyní ředitele byly dohodnuty návštěvy ve vybraných hodinách tělesné výchovy. Neboť jsou hodiny rozděleny podle pohlaví a ročníků, bylo zapotřebí navštívit školu celkem čtyřikrát. Tak se stalo i proto, že si výzkum žádal podobného početního zastoupení mužů i žen, a zároveň jednotlivých ročníků.

Byl zhotoven také třetí typ dotazníku, který byl určen pro učitele tělesné výchovy ve vybraných pražských školách. Tento dotazník byl rozeslán elektronickou poštou, což se viditelně projevilo na jeho návratnosti. Z dvaceti oslovených škol vyplnilo a zaslalo dotazník nazpět pouze jedenáct učitelů.

Vyhodnocení výzkumného šetření již probíhalo bez větších obtíží. Občas docházelo ke konzultacím na dané téma a k ujasnění postupů vypracování práce.

7 ZÁVĚRY

Výsledky průzkumu této práce nemohou být hodnoceny jako validní, jelikož nejsou platné pro všechny studenty středních škol. Výzkum probíhal na dvou středních školách, nesportovně zaměřeném Gymnáziu Nad štolou v Praze a Sportovním gymnáziem v Kladně. Celkem se z těchto škol vybralo 159 vyplněných dotazníků.

Pozitivní vztah k atletice má nejméně 40% studentů pražského gymnázia.

Vyhodnocení hypotézy proběhlo z grafu č. 4, který je součástí položky č. 1. V této položce byla studentům položena otázka týkající se jejich vztahu k atletice. Odpovědět na tuto otázku mohli respondenti pouze jednou ze tří nabídnutých možností. Pro naše účely byly přínosné pouze ty odpovědi, ve kterých studenti uváděli pozitivní vztah k atletice.

Otázka byla položena jak studentům Gymnázia Nad štolou v Praze, které není specializované na sport, tak atletům Sportovního gymnázia v Kladně. U atleticky specializovaných studentů z Kladna se pozitivní vztah k atletice předpokládal, přesto se i u nich objevil nejednoznačný postoj k tomuto sportu. Osm studentů odpovědělo, že jejich vztah k atletice je neutrální. Můžeme se pouze domnívat, že neutralita byla u těchto atletů vyvolána jejich prozatím krátkou vrcholovou formou, nebo příčinami, kvůli kterým s atletikou vůbec začali. Jako hlavní důvody, které je vedly k atletice, většina atletů uváděla buď školu, nebo rodinu a přátele. Dá se předpokládat, že pokud je člověk donucen k činnosti vnějším prostředím, nemusí si k dané aktivitě vytvořit kladný vztah, v některých případech může dojít i k odrazení.

U studentů pražského gymnázia byly výsledky pozitivního postoje k atletice u necelých 30% respondentů. Z celkového počtu 122 dotázaných zvolilo možnost „neutrální“ necelých 52% studentů. Ze zbylých 48% však negativní vztah volilo pouze necelých 11% žáků. Z těchto poznatků je patrné, že kladný vztah k atletice nemá alespoň 40% studentů pražského gymnázia, a tudíž může být tato hypotéza považována za vyvrácenou.

Atletiku v médiích sleduje 50% studentů Gymnázia Nad štolou.

U druhé hypotézy vycházely výsledky z položky č. 2 a grafu č. 5. Součástí této položky byla otázka týkající se sledovanosti atletických závodů v médiích. Na tuto otázku odpovědělo kladně necelých 64% respondentů, zbylých 36% atletické dění v médiích nesleduje. Jelikož se ke sledování atletických závodů přihlásila více než polovina dotazovaných, je tímto hypotéza potvrzena.

Atletika je nejoblíbenějším sportem nanejvýš u 10% atleticky nezaměřených respondentů.

Vyhodnocení hypotézy číslo tři proběhlo z položky č. 7 a grafu č. 13. V otázce jsou pražští studenti požádáni o ohodnocení sedmi různých sportovních odvětví podle toho, na kolik se jim daný sport líbí. Sedmi body označuje student ten sport, který je pro něj nejvíce atraktivní. Z dotazovaného vzorku označilo atletiku sedmi body 17% studentů, šesti body 29% a pěti body 14% dotazovaných. Tři nejvyšší hodnoty oblíbenosti dostala atletika od přibližně 60% studentů. Z výše uvedených výsledků je patrné, že maximální hranice 10% byla překročena o 7%. Hypotéza se nepotvrdila, neboť atletika je nejoblíbenějším sportem u více než 10% atleticky nezaměřených respondentů.

V celkových výsledcích oblíbenosti sportu v Gymnáziu Nad štolou bude atletika na 3. místě.

Pro potvrzení či vyvrácení této hypotézy byla použita položka č. 7. Žáci měli za úkol vybrat tři sporty, které považují za nejvíce atraktivní. Na prvním místě se umístilo plavání s 28% hlasů, druhé místo obsadil volejbal s 22%, a na třetím místě se umístili se stejným počtem hlasů atletika a fotbal. Pro tyto sporty hlasovalo 17% žáků. Atletika se ve výsledcích pohlaví stala oblíbenou u obou pohlaví v podobném poměru.

Neboť v celkových výsledcích popularity jednotlivých sportovních odvětví se atletika umístila mezi studenty pražského gymnázia na třetím místě, je tímto hypotéza potvrzena.

Nejvíce oblíbenou atletickou disciplínou je sprint.

Pro vyhodnocení této hypotézy posloužila položka č. 8, která měla za cíl zjistit nejvíce a nejméně oblíbenou atletickou disciplínu. V grafu č. 16 lze vidět výsledky tohoto

šetření, ze kterých můžeme s jistotou říci, že pro tuto disciplínu hlasoval největší počet dotazovaných, tedy necelých 31% studentů. Tyto informace nás utvrzují v tom, že původní hypotéza je pravdivá, a tudíž i potvrzena.

Nejméně oblíbenou atletickou disciplínou je vytrvalostní běh.

K prověření této hypotézy byla využita položka č. 8 a graf č. 20. Do šetření byli zapojeni žáci obou středních škol. Na základě toho, jakou oblibu chovají žáci k jednotlivým atletickým disciplínám, museli obodovat disciplíny od nejvíce po nejméně oblíbenou.

Nejméně oblíbenou disciplínou se ukázal být skok o tyči s 26% hlasů. Vytrvalostní běhy skončily na druhém místě, neboť pro ně hlasovalo 22% žáků. Na základě získaných poznatků musíme konstatovat, že se hypotéza nepotvrdila, neboť nejméně oblíbenou atletickou disciplínou byl mezi žáky zvolen skok o tyči.

Muži mají vytrvalostní běhy oblíbenější než ženy.

K vyhodnocení této hypotézy bylo zapotřebí využít dva grafy, graf č. 14 a 15. Tyto grafy se nacházejí pod již dříve zmíněnou položkou č. 8. U žen se v oblíbenosti ocitl vytrvalostní běh na druhém místě společně se skokem dalekým, hlasovalo pro ně 15% dívek. U mužů se vytrvalostní běh umístil v žebříčku popularity také na druhém místě, ovšem s počtem 22% hlasů. Z výsledku je patrné, že muži mají vytrvalostní běhy více v oblibě, čímž můžeme považovat hypotézu za potvrzenou.

Studenti specializovaní na atletiku mají lepší vztah ke skoku o tyči, než studenti atleticky nezaměření.

Na závěr je vyhodnocena hypotéza číslo 8. U této hypotézy se vycházelo z položky č. 8 a k jejímu posouzení byly použity dva grafy č. 18 a 19.

Předpokladem je, že studenti, kteří se atletice věnují a specializují se na ni, mají lepší přístup k jedné z nejnáročnějších disciplín. Skok o tyči je velmi náročnou disciplínou, jelikož vyžaduje dokonalé pohybové schopnosti, sílu nohou a ramenního pletence. Běžně se na středních školách tento sport nevyučuje. Jedním z důvodů je nutnost vybavenosti atletickým náčiním a druhým je nedostatečná vyspělost studentů k provozování tak

náročné technické disciplíny. Z tohoto důvodu je větší pravděpodobnost pro vyšší oblibu této disciplíny u atletů.

Výzkum ukázal, že u studentů atletiky se skok o tyči ocitl jako druhý nejméně oblíbený společně s překážkovými běhy a vrhem koulí. Počet hlasů pro tyto tři disciplíny byl 16%. U studentů pražské střední školy skončil skok o tyči jako vůbec nejméně oblíbený s 29% hlasů. Podle výsledků se tato hypotéza potvrdila, neboť jsme prokázali, že studenti s atletickou specializací mají skok o tyči oblíbenější, než studenti bez atletického zaměření.

Na základě výsledků dotazníkových šetření byly zjištěny i další informace týkající se daného tématu. Z položky č. 9 byla zjištěna znalost studentů českých atletických osobností. Z dotazovaného vzorku 122 studentů odpovědělo se stoprocentní správností 35% respondentů. Dalších 43% studentů odpovědělo alespoň třemi správnými odpověďmi. Celkově je tedy znalost atletiky mezi středoškolskými studenty na kvalitní úrovni (78%). U položky č. 11 byla zjišťována souvislost mezi oblíbeností atletických disciplín s jejich provozováním. Na základě odpovědí byl určen za nejvíce provozovanou disciplínu sprint, který byl zároveň všemi studenty zvolen jako nejoblíbenější. Položka č. 12 zkoumala důvody, které atleti vedly k provozování atletiky. Výsledky potvrdily, že motivací pro mnoho studentů (65%) byla rodina a přátelé. Příjemným zjištěním taktéž bylo, že se na druhém místě umístila kondice, kterou atleti díky provozování atletiky získají.

Položka č. 15, 16 a 17 je orientována na učitele tělesné výchovy. Bylo vyzkoumáno, že 63% dotazovaných škol vyučuje v rámci hodin disciplíny, které vyžadují speciální atletické náčiní. 82% škol se věnuje průpravným cvičením. Také bylo zjištěno na základě odpovědí, že na žádné škole neprobíhá výuka skoku o tyči. Toto zjištění objasňuje neoblíbenost této disciplíny.

Uvedené téma je užitečné pro učitele středních škol, kteří díky tomuto dotazníkovému šetření mají možnost nahlédnout do zálib svých studentů. Díky znalostem nejoblíbenějších atletických disciplín mohou věnovat výuce atletiky více času než doposud. V neposlední řadě může práce inspirovat ředitele škol k tomu, aby zpřístupnili atletiku svým studentům, zakoupili potřebné vybavení, vyjednali si pronajmutí stadionu.

8 LITERATURA

BERKA, Pavel, JANÁK, Vladimír. *Průzkum popularity a reflexe sportovních odvětví u veřejnosti ČR*. Sborník národní konference „Sport v ČR na začátku nového tisíciletí“, Praha, 2001. Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu.

ČÁSLAVOVÁ, E., JANÁK, V., BERKA P., GÖRNEROVÁ, E. *Popularita sportů u české veřejnosti versus jejich prezentace v masmédiích*. Praha, 2003. Univerzita Karlova v Praze. Fakulta tělesné výchovy a sportu. ISBN 8086317285.

DIDEROT, *Velký slovník naučný: M-Ž*. Praha, 1999, 1679 s. ISBN 8090272312.

DOSTÁL, Emil. *Didaktika školní atletiky*. 1. vyd., Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1985. 184 s. Univerzita Karlova.

DOSTÁL, Emil a Václav VELEBIL. *Didaktika školní atletiky*. 2. přeprac. vyd., Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1991. 260 s. ISBN 8070662573.

GREXA, Jan a Milena STRACHOVÁ. *Dějiny sportu: Přehled světových a českých dějin tělesné výchovy a sportu*. 1. vyd., Brno: Masarykova univerzita Brno, 2011. ISBN 978802154585.

HERZMANNOVÁ, Eva. *Reflexe sportu v médiích a ve veřejném mínění*. Praha, 2005. Diplomová práce. Univerzita Karlova v Praze. Fakulta tělesné výchovy a sportu.

HŘÍCHOVÁ, Markéta. *Průzkum popularity sportu u studentů středních a základních škol na Lounsku*. Praha, 2010. Bakalářská práce. Univerzita Karlova v Praze. Fakulta tělesné výchovy a sportu.

JEŘÁBEK, Petr. *Atletická příprava: děti a dorost*. 1. vyd., Praha: Grada, 2008. Děti a sport. ISBN 9788024707976.

JIRKA, Jan. *Kdo byl kdo v české atletice*. 1. vyd., Praha: Olympia, 2000. Atletika. ISBN 8070333855.

NOVÁČEK, David. *Obliba jednotlivých sportovních odvětví u dětí na základní škole*. Praha, 2013. Bakalářská práce. Univerzita Karlova v Praze. Pedagogická fakulta.

ŠIMON, Jiří. *Atletika: Historie, Organizace, Pravidla atletiky, Soutěže, Závody*. 2. přepr. vyd., Praha, 1997. 69 s. Univerzita Karlova.

TOD, David., THATCHER, Joanne., RAHMAN, Rachel. *Psychologie sportu*. 1. vyd., Editor Nigel Holt, Rob Lewis. Překlad Helena Hartlová. Praha: Grada, 2012. 194 s. Z pohledu psychologie. ISBN 9788024739236.

TRUHELKA, Tomáš. *Popularita sportu v ČR mezi studenty středních a základních škol*. Praha, 2008. Diplomová práce. Univerzita Karlova v Praze. Fakulta tělesné výchovy a sportu.

VALENTOVÁ, Alena. *Sport ve volném čase studentů středních škol*. Praha, 2011. Diplomová práce. Univerzita Karlova v Praze. Pedagogická fakulta.

VILÍMOVÁ, Vlasta. *Didaktika atletických disciplín*. 1. vyd., Brno: Masarykova univerzita v Brně, 1997. ISBN 8021017007.

9 SEZNAM GRAFŮ

Graf č. 1 : Počet respondentů v jednotlivých třídách Gymnázia Nad štolou

Graf č. 2 : Zastoupení mužů a žen

Graf č. 3 : Zastoupení jednotlivých škol

Graf č. 4 : Vztah studentů k atletice

Graf č. 5 : Procentuální zastoupení sledovanosti atletiky v médiích v Gymnáziu Nad štolou

Graf č. 6 : Celkový přehled sledovanosti atletiky v médiích

Graf č. 7 : Procentuální zastoupení atletických klubů v okolí bydliště studentů

Graf č. 8 : Procentuální zastoupení atletických klubů v okolí bydliště u jednotlivých škol

Graf č. 9 : Procentuální zastoupení kamarádství studentů se současnými/bývalými atlety u jednotlivých škol

Graf č. 10 : Procentuální zastoupení bývalých/současných atletů mezi rodiči studentů u jednotlivých škol

Graf č. 11 : Procentuální zastoupení atletů mezi studenty v jednotlivých školách

Graf č. 12 : Přehled věku studentů, ve kterém začali s atletikou

Graf č. 13 : Přehled oblíbenosti atletiky mezi studenty Gymnázia Nad štolou

Graf č. 14 : Přehled *oblíbených* disciplín na jednotlivých školách

Graf č. 15 : Přehled *oblíbených* disciplín na jednotlivých školách

Graf č. 16 : Celkový přehled *nejolíbenějších* disciplín

Graf č. 17 : Přehled *oblíbených* disciplín v jednotlivých ročnících

Graf č. 18 : Přehled *neoblíbených* disciplín na jednotlivých školách

Graf č. 19 : Přehled *neoblíbených* disciplín na jednotlivých školách

Graf č. 20 : Celkový přehled *nejméně* oblíbených disciplín

Graf č. 21 : Přehled *neoblíbených* disciplín v jednotlivých ročnících

Graf č. 22 : Přehled vědomostí studentů o atletických osobnostech

Graf č. 23 : Přehled oblíbenosti atletiky ve výuce tělesné výchovy

Graf č. 24 : Přehled disciplín provozovaných atlety Sportovního gymnázia v Kladně

Graf č. 25 : Přehled motivačních činitelů k provozování atletiky

Graf č. 26 : Nejvíce provozované atletické disciplíny na vybraných školách

10 SEZNAM TABULEK

Tabulka č. 1: Přehled historického vývoje sportu

Tabulka č. 2: Přehled oblíbenosti atletiky

Tabulka č. 3: Počet respondentů v jednotlivých třídách Gymnázia Nad štolou

Tabulka č. 4: Zastoupení mužů a žen; zastoupení jednotlivých středních škol

Tabulka č. 5: Přehled postoje studentů k atletice

Tabulka č. 6: Přehled výsledků v Gymnáziu Nad štolou

Tabulka č. 7: Celkové výsledky dostupnosti atletických klubů

Tabulka č. 8: Celkové výsledky kamarádství se současnými/bývalými atlety

Tabulka č. 9: Celkové výsledky bývalých/současných atletů mezi rodiči studentů

Tabulka č. 10: Celkové výsledky atletů mezi studenty

Tabulka č. 11: Celkový přehled *nejvíce* oblíbených atletických disciplín na vybraných školách

Tabulka č. 12: Celkový přehled *nejméně* oblíbených atletických disciplín na vybraných školách

11 SEZNAM PŘÍLOH

Příloha A: Tabulka historického vývoje sportu

Příloha B: Dotazník určený studentům Gymnázia Nad štolou

Příloha C: Dotazník určený studentům Sportovního gymnázia v Kladně

Příloha D: Dotazník určený učitelům tělesné výchovy jednotlivých škol